ER MAG

ERMIONIDA MAGAZINE
FREE PRESS

ΤΕΥΧΟΣ 74
ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2026



Interviews

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΚΑΛΑΜΑΡΑΣ:
Ένας σημαντικός εικαστικός δημιουργός με πλούσιο έργο και ουσιαστική προσφορά στην καλλιτεχνική εκπαίδευση.

MICKY SOLER:
Ισπανογερμανίδα δημοσιογράφος, υπεύθυνη δημοσίων σχέσεων και αρχισυντάκτρια.

Travel Moments

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

www.ermionidamagazine.com
ermionidamagazine@gmail.com
ermionidamagazine



2 EDITORIAL
Εκδοτικό σημείωμα

4 ERMIONIDA
Ερμιονίδα

6 INTERVIEW
Γεώργιος Καλαμάρας

10 INTERVIEW
Micky Soler

13 Επικαιρότητα
Ermagtv

17 DIASPORA NEWS
Τα νέα της Ομογένειας

24 SURVIVAL TIPS
Survival

25 ER MAG SPORTS
Αθλητικά

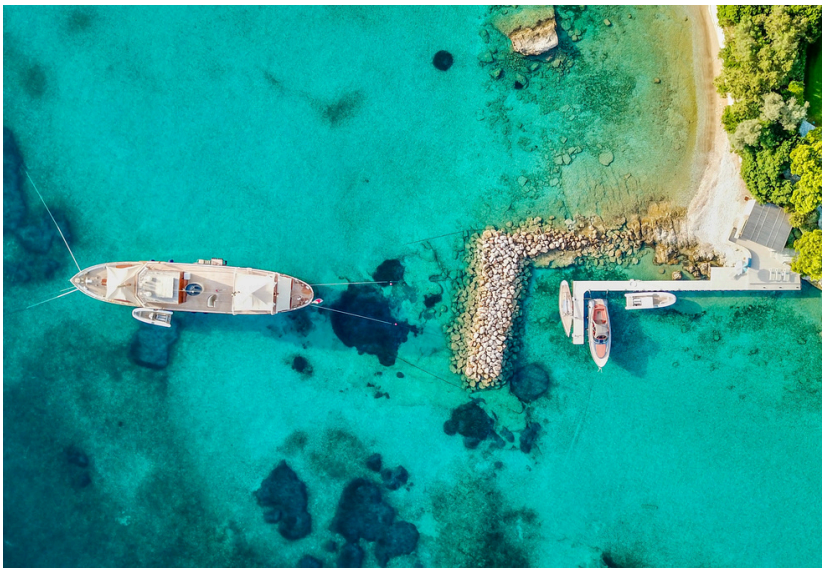
ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2026 | ΤΕΥΧΟΣ 74

ΕΚΔΟΣΗ - ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΞΙΑ: Δέσποινα Δημότση

ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ: Μίλτος Ιωαννίδης, Χρήστος Αρφάνης, Μαρία Αγραπίδου, Γρηγόρης Τσουκαλάς, Γιάννης Σαρλάς, Άννα Μεντισοπούλου, Μαρία Παπακυριακού.

Μπάμπης Χαβιάτσος
IG: @drone_vision_ermionida, Γιώργος Ασπρούλης,
FB: “Εν οίδα, την Ερμιονίδα” - Κωνσταντίνα Κορδώνη

ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ: Ένωση Σεναριογράφων Ελλάδος, Φροντιστήριο Μέσης Εκπαίδευσης “Σημείο”.



October 2026

ISSUE 74
Fall edition



Τον τελευταίο μήνα του φθινοπώρου, τον Νοέμβριο, βρισκόμαστε στην τελική ευθεία για το 2ο Photo Book της χρονιάς, η Ερμιονίδα παρουσιάζεται μέσα από τις δικές σας φωτογραφίες. Η ειδική αυτή έκδοση θα κυκλοφορήσει έως το τέλος του μήνα.
Διαβάστε αποκλειστικά ρεπορτάζ από εξαιρετικές εκδηλώσεις σε όλη την Ελλάδα, εκδηλώσεις που στηρίξαμε ως χορηγός επικοινωνίας!

Στις συνεντεύξεις σε αυτό το τεύχος φιλοξενούμε έναν σημαντικό εικαστικό δημιουργό με πλούσιο έργο και ουσιαστική προσφορά στην καλλιτεχνική εκπαίδευση, τον ***Γεώργιο Καλαμάρα*** *και την Ισπανογερμανίδα δημοσιογράφο, υπεύθυνη δημοσίων σχέσεων και αρχισυντάκτρια,* ***Micky Soler!***

ΔΔ



Εκπομπή "Γαλάζιο Παράθυρο" με την Εύα Στρατή στην τηλεόραση του Ionian.
Την Τετάρτη 7 Οκτωβρίου παρουσιάσαμε το Μουσείο Παιχνιδιών στην Ερμιόνη.

SCAN HERE



6 Years ER MAG - Athens' party

Μια ξεχωριστή έκπληξη περίμενε την ομάδα του ERmionida MAGazine κατά την πρόσφατη επίσκεψή της στην Αθήνα. Με αφορμή τη συμπλήρωση 6 χρόνων επιτυχημένης πορείας του περιοδικού, οι συνεργάτες μας που εδρεύουν εκτός Ερμιονίδας διοργάνωσαν ένα μοναδικό πάρτυ έκπληξη.
Θερμές ευχαριστίες σε όλους τους συνεργάτες για την όμορφη αυτή πρωτοβουλία. Η κίνηση αυτή επιβεβαιώνει τους ισχυρούς δεσμούς που μας ενώνουν και μας γεμίζει δύναμη για να συνεχίσουμε να προσφέρουμε το καλύτερο δυνατό στους αναγνώστες μας. Σας ευχαριστούμε!









Featured on

Alpha TV



IonianTV



Skai TV



ERT TV



MEGA TV



Mesogeios TV

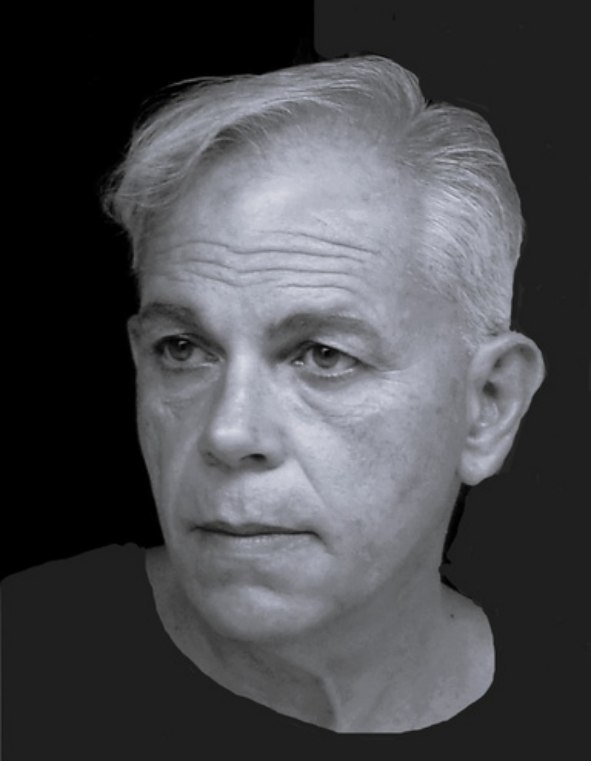


OneTV



@ErmionidaMagazine

@DespinaDimotsi



Συνέντευξη στη
Δέσποινα Δημότση
@despina.dimotsi



Γεώργιος Καλαμάρας

Ένας σημαντικός εικαστικός δημιουργός με πλούσιο έργο και ουσιαστική προσφορά στην καλλιτεχνική εκπαίδευση.

Ο Γεώργιος Καλαμάρας είναι Έλληνας εικαστικός δημιουργός και εκπαιδευτικός, γεννημένος στη Νέα Ιωνία Αττικής το 1958. Με μια πολυσχιδή πορεία που εκτείνεται σε περισσότερες από τέσσερις δεκαετίες, έχει αφήσει έντονο αποτύπωμα τόσο στην ελληνική εικαστική σκηνή όσο και στην καλλιτεχνική εκπαίδευση.

Σπούδασε Ζωγραφική στην Ανωτάτη Σχολή Καλών Τεχνών (Α.Σ.Κ.Τ.) της Αθήνας (1980-1987) υπό την καθοδήγηση σπουδαίων δασκάλων, όπως ο Δ. Μυταράς, ο Δ. Κοκκινίδης και ο Ν. Κεσανλής, ενώ μαθήτευσε και στο εργαστήριο Χαρακτικής του Αθ. Εξαρχόπουλου. Η καλλιτεχνική του αναζήτηση συνεχίστηκε στην Ισπανία, όπου πραγματοποίησε μεταπτυχιακή εξειδίκευση στη Ζωγραφική στην Α.Σ.Κ.Τ. Σεβίλλης (1993-1994) με υποτροφία της ισπανικής κυβέρνησης, εμβαθύνοντας στο εξπρεσιονιστικό σχέδιο και την προσωπογραφία, ενώ παράλληλα έλαβε και υποτροφία της BOSCH για μεταπτυχιακές σπουδές στο Βερολίνο.

Το εικαστικό του έργο έχει παρουσιαστεί σε σημαντικές ατομικές και ομαδικές εκθέσεις σε εμβληματικούς χώρους τέχνης, όπως η ιστορική Γκαλερί «ΩΡΑ», η Γκαλερί BOSCH, το Κέντρο Τεχνών του Πάρκου Ελευθερίας και η Δημοτική Πινακοθήκη Πάρου. Έργα του κοσμούν τη συλλογή της Δημοτικής Πινακοθήκης του Δήμου Αθηναίων, καθώς και σημαντικές ιδιωτικές και εταιρικές συλλογές.

Παράλληλα με την καλλιτεχνική του δημιουργία, ανέπτυξε επί 36 συναπτά έτη (1989-2025) πλούσιο εκπαιδευτικό έργο στη δημόσια εκπαίδευση (Δημόσια Γυμνάσια, Ενιαία Λύκεια, Τεχνικά και Επαγγελματικά Λύκεια και Δημόσια Ι.Ε.Κ..), μεταδίδοντας σε γενιές μαθητών τις γνώσεις του πάνω στο ελεύθερο και γραμμικό σχέδιο, τη σύνθεση, τη φωτογραφία και την Ιστορία της Τέχνης.

ΔΔ: Τί ήταν αυτό που σάς ενέπνευσε να ασχοληθείτε με την ζωγραφική;

ΓΚ: Ο πατέρας τής μητέρας μου , ο παππούς μου Πέτρος Παπαστεργιάδης. Ήταν Γλύπτης στην Ρόδο επί Ιταλικής Κατοχής. Φιλοτέχνησε πολλές από τίς Γλυπτικές κατασκευές πού υπάρχουν στο νησί. Δεν ξέρω άν υπάρχει γονιδιακή σύνδεση αλλά από μικρός είχα έφεση στην τέχνη και μία ευχέρεια στην σχεδίαση. Σχεδίαζα και έπαιζα κιθάρα ως αυτοδίδακτος από τα μικράτα μου μέχρι το τέλος τής εφηβείας μου. Τότε είχαμε ένα γείτονα στο διπλανό σπίτι που ήταν νεαρός ζωγράφος. Όταν έβλεπα τα έργα του με έπιανε δέος και έτρεφα γι' αυτόν μεγάλο θαυμασμό και σεβασμό. Κάπου εκεί φάνηκε ότι μού άρεσε περισσότερο να εκφράζω την ψυχοσύνθεσή μου με εικόνες, παρά με ήχους και μετά την εισαγωγή μου το 1977 στην Ανώτερη Σχολή Γραφικών και Διακοσμητικών Τεχνών τής Αθήνας έπρεπε να διαλέξω. Το ταλέντο , άν το έχεις, θέλει πίστη, ενθάρρυνση και ώθηση και αυτή μου δόθηκε ευτυχώς πλουσιοπάροχα από κάποιους υπέροχους καθηγητές μου στην Σχολή αυτή. Αυτοί μέ ώθησαν να δώσω εξετάσεις για εισαγωγή στην Α.Σ.Κ.Τ. το 1980, στην οποία ευτυχώς πέρασα με την πρώτη απόπειρα.. Τότε κατάλαβα πόσο ευλογημένος ήμουν, γιατί όταν ζωγράφιζα δεν καταλάβαινα πώς περνούσαν οι ώρες, οι μέρες, οι εβδομάδες, οι μήνες. Έχανα την αίσθηση τού χρόνου. Τότε κατάλαβα στο πετσί μου ότι αυτή ήταν η τέλεια απασχόληση για μένα , αυτή που όσο την κάνεις δεν θέλεις να βλέπεις το ρολόι σου. Για τα πρώτα μου βήματα, χρωστάω πολλά στον Φώτη και την Λυδία Σαρρή, την Χαρίκλεια Μυταρά, τον Νίκο Στέφο, τον Στέφανο Δασκαλάκη και τούς καθηγητές μου στην Α.Σ.Κ.Τ. Αθήνας Νίκο Κεσανλή και Δημοσθένη Κοκκινίδη.

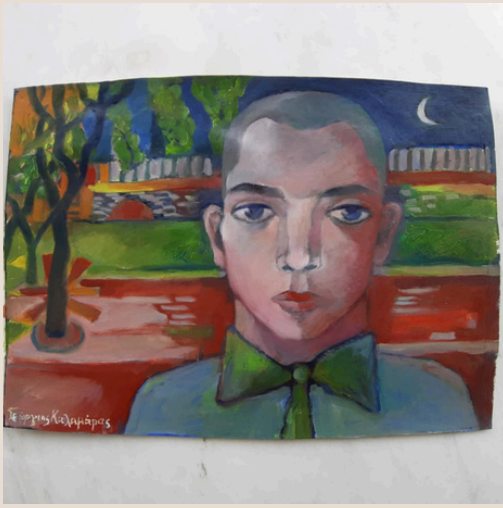


















ΔΔ: Πόσο μεγάλη επίδραση είχαν στα έργα σας οι μεταπτυχιακές σπουδές σας σε Ισπανία και Γερμανία; Ποιές διαφορές είδατε σε σχέση με την χώρα μας;

ΓΚ: Περισσότερο επιδραστική για μένα ήταν η Ισπανία, στην οποία βρέθηκα για μεταπτυχιακές σπουδές το 1993 και το 1994 μετά από υποτροφία τής Ισπανικής Κυβέρνησης. Εκεί είδα έργα πολύ μεγάλων καλλιτεχνών σε Μουσεία, Ιδρύματα και Αίθουσες Τέχνης, όπως Νταβίντσι, Βελάσκεθ, Γκόγια, Τέρνερ, Μούνκ, Ντεγκά, Σεζάν, Βαν Γκόγκ, Γκωγκέν, Πικάσο, Μπράκ, Ματίς, Νταλί, Κλέε, Καντίνσκυ, Κλίμτ, Σίλε, Κοκόσκα, Μπέικον και πολλούς άλλους, αλλά κυρίως τον τεράστιο Δομήνικο Θεοτοκόπουλο...Οπωσδήποτε επηρεάστηκα εκείνη την εποχή και από τον Γερμανο- Αυστριακό Εξπρεσσιονισμό που είδα στο Βερολίνο που πήγα με υποτροφία της Bosch. Τα πρώτα μου έργα μετά τις σπουδές μου στην Α.Σ.Κ.Τ. ήταν αφαιρετικά (όχι αφηρημένα). Από τότε που πήγα σε αυτές τις χώρες τα έργα μου έγιναν πιο παραστατικά. Οι διαφορές που είδα εκεί σε σχέση με την χώρα μας είναι μεγάλες. Εκεί κατάλαβα πως η Ελλάδα, ο τόπος πού χάρισε στην ανθρωπότητα την ομορφότερη Γλυπτική και Ζωγραφική (στα αγγεία) είναι σήμερα μιά εικαστική επαρχία. Δυστυχώς. Η Ισπανία και η Γερμανία έχουν πάρα πολλά Μουσεία, Ιδρύματα και Γκαλερί Παγκοσμίου κύρους. Εμείς δυστυχώς πολύ λίγα. Οι άνθρωποι επίσης εκεί φαίνεται να έχουν λάβει περισσότερη και καλύτερη Εικαστική Παιδεία από τούς Έλληνες. Εκεί εκτιμούν και σέβονται πολύ τούς Εικαστικούς καλλιτέχνες. Έχουν επίσης μεγαλύτερη οικονομική δυνατότητα να υποστηρίξουν έναν εικαστικό καλλιτέχνη. Δυστυχώς στήν Ελλάδα πρέπει να είστε από πλούσια οικογένεια για να γίνετε ζωγράφοι, μάς έλεγε με υπερβολή ο Δημήτρης Μυταράς στο προκαταρκτικό έτος της Α.Σ.Κ.Τ. το 1980-81...Τότε τον κράζαμε...Σήμερα δεν ξέρω αν είχε δίκιο ή όχι...Τα παιδιά από πλούσιες οικογένειες σίγουρα δεν έχουν τον ίδιο ψυχισμό με τα παιδιά που προέρχονται από τα μικρομεσαία στρώματα. Ίσως αυτός ο ψυχισμός τελικά παίζει τον σπουδαιότερο ρόλο για να γίνει κάποιος στην Ελλάδα σήμερα ζωγράφος.

ΔΔ: Ποιοί κλασσικοί ή σύγχρονοι καλλιτέχνες έχουν διαμορφώσει το στύλ σας;

ΓΚ: Αυτή είναι μιά δύσκολη ερώτηση. Το ερώτημα αυτό θα πρέπει να το απαντήσουν οι ειδικοί της Τέχνης ή κάποιοι συνάδελφοί μου. Μάλλον δέν πρέπει να έχω ένα συγκεκριμένο στύλ, σαν αυτό όπου οι θεωρητικοί της Τέχνης θέλουν οπωσδήποτε να σε εντάξουν. Μού αρέσει να πειραματίζομαι παίζοντας με τα διάφορα στύλ και δεν μπορώ να απαντήσω σε ποιό ακριβώς καλλιτεχνικό στύλ ή ρεύμα ανήκω. Δεν ξέρω άν αυτό είναι καλό ή κακό αλλά έτσι αισθάνομαι. Στα έργα μου υπάρχουν σίγουρα κάποια στοιχεία Εξπρεσσιονισμού όπως και Συμβολισμού. Είναι εικόνες πού δημιουργούνται περισσότερο μέσα από την οπτική μου μνήμη, παρά από επισταμένη επί τόπου οπτική παρατήρηση. Θα ήθελα η ζωγραφική μου να φαίνεται περισσότερο πνευματική, παρά οπτική, καθότι μου αρέσει περισσότερο το Πνευματικό Βυζάντιο από την Σαρκική Αναγέννηση. Το σίγουρο είναι ότι μου αρέσουν πολύ ο Κλέε, ο Πικάσσο, ο Μπράκ, ο Ματίς, ο ΝταΒίντσι, ο Ντεγκά, ο Σεζάν, ο Βαν Γκόγκ, ο Κοκόσκα, ο Σίλε, ο Μπαλτύς, ο Μούνκ, ο Χόκνεϊ, ο Κόντογλου, ο Παπαλουκάς, ο Τσαρούχης, ο Διαμαντόπουλος, ο Σπυρόπουλος και οπωσδήποτε ο Δομήνικος Θεοτοκόπουλος, όπως και οι Βυζαντινές Εικόνες. Κυρίως όμως αισθάνομαι ότι ανήκω σε μένα και στα όνειρά μου, τις μνήμες μου.



ΔΔ: Ποιά υλικά και χρώματα προτιμάτε και γιατί;

ΓΚ: Λάδια κυρίως, τέμπερες, ακρυλικά, μολύβια και σε μερικά έργα μου λίγο κολλάζ. Στα έργα μου κυρίως περισσεύουν τα ψυχρά χρώματα και τα γαιώδη, όπως οι ώχρες και τα κεραμιδοκόκκινα rouge anglais και η έμφαση δίνεται σε καποιο θερμό χρώμα ανάμεσα στα ψυχρά. Π.χ. φανταστείτε ένα κόκκινο τριαντάφυλλο μέσα σε έναν πράσινο κήπο. Αυτό εξυπηρετεί πολλές φορές τους συμβολισμούς μου. Τα γαιώδη δέ χρώματα θεωρώ ότι είναι πιό κοντά στα αληθινά χρώματα της φύσης. Επειδή μού αρέσει η νύχτα, μού αρέσει να δημιουργώ πολλές φορές μία νυχτερινή ατμόσφαιρα, η οποία όμως δεν είναι αφώτιστη. Δεν έχει το άπλετο φώς της ημέρας, όμως αυτό το σπάνιο φώς, απο ένα φεγγάρι συνήθως και τίς λάμψεις του μέσα στη θάλασσα, αποκτά την δική του αξία. Την ελπίδα που γεννιέται μέσα απο το σκοτάδι.

ΔΔ: Ποιό στοιχείο στα έργα σας πιστεύετε οτι κάνει κάποιον να αναγνωρίσει αμέσως ότι ο πίνακας είναι δικός σας;

ΓΚ: Η θάλασσα, το φεγγάρι, μισό ή ολόκληρο, ο τρόπος γραφής και χρωματισμού και οι μορφές. Τα πρόσωπά μου, που έχουν κάτι το άφυλο διότι με ενδιαφέρει ο άνθρωπος γενικά και όχι τόσο το φύλο του.

ΔΔ: Πώς μοιάζει μια τυπική μέρα στο ατελιέ σας όταν δημιουργείτε;

ΓΚ: Υπέροχη. Είναι μεγάλη ευτυχία να έχω τον χρόνο που θέλω για να μπορέσω να δημιουργήσω μία εικόνα. Κάθε μέρα που ξυπνάω και βλέπω το φώς να μπαίνει από το παράθυρο του ημιυπόγειου ατελιέ μου, αισθάνομαι τυχερός που μου δίνεται η δυνατότητα να μπορέσω να πραγματοποιήσω άλλο ένα πείραμα ακόμα. Το πιό δύσκολο είναι να αποφασίσω σε κάθε έργο ποιά και πώς θα είναι η τελευταία πινελιά. Γι' αυτό ένας ζωγράφος πρέπει να έχει στο ατελιέ του αρκετό χώρο για να τοποθετεί τα έργα του, παλιά ή νέα, και να τα ξαναβλέπει, να τα ξαναβλέπει. Πολύ θα ήθελα να έχω ένα ατελιέ με ένα μπαλκόνι ψηλά, πάνω από τη θάλασσα και να νοιώθω την αύρα της. Επειδή όμως δεν δύναμαι να το έχω, ζωγραφίζω πού και πού τέτοιες εικόνες που όταν τις βάζω στον τοίχο αισθάνομαι ότι είμαι κάπου εκεί ψηλά και αγναντεύω νησιά και θάλασσες. Και στα υπόγεια λοιπόν μπορεί να υπάρχει η θέα.

ΔΔ: Έχοντας μακρά εκπαιδευτική δραστηριότητα, πώς καθοδηγείτε τούς μαθητές σας να βρούν τη δική τους καλλιτεχνική "φωνή" , χωρίς να αντιγράφουν το δικό σας στύλ;

ΓΚ: Αν μαθαίνεις στους μαθητές σου τα βασικά στοιχεία της εικαστικής γλώσσας όπως πρέπει, αυτοί κάποια στιγμή εφ' όσον έχουν το ταλέντο θα βρουν τον τρόπο να εκφραστούν μοναδικά. Χρειάζεται προσεκτική και σωστή καθοδήγηση στο Ελεύθερο Σχέδιο και στις Βασικές Αρχές Σύνθεσης. Στην Ιστορία της Τέχνης δε, όταν βλέπουν τα έργα των μεγάλων καλλιτεχνών και τα καλλιτεχνικά κινήματα που έχουν εμφανιστεί, μπορούν κάλλιστα να εμπνευστούν και να εκφραστούν ποικιλοτρόπως. Αν μάλιστα ο καθηγητής τούς τονίζει οτι αυτοί που έμειναν στην Ιστορία της Τέχνης και άντεξαν στον χρόνο, ήταν αυτοί που τόλμησαν να κάνουν κάτι πρωτόγνωρο και μοναδικό, χωρίς να μιμούνται τούς προηγούμενους αλλά να εμπνέονται απο αυτούς. Κάπως έτσι ένας καθηγητής Εικαστικών μπορεί να ωθήσει τούς μαθητές του να ψάξουν να βρούν την δική τους όσο γίνεται καλλιτεχνική φωνή, γιατί όπως ξέρετε παρθενογένεση στην Τέχνη δέν υπάρχει...Εδώ μπορώ να δηλώσω περήφανος για αρκετά παιδιά, μαθητές και μαθήτριές μου που εισήχθησαν στην Α.Σ.Κ.Τ. και άλλες καλλιτεχνικές σχολές. Θα αναφερθώ μόνο στον πρώτο μου ταλαντούχο μαθητή, όταν ήμουν πρωτοδιόριστος καθηγητής εικαστικών μαθημάτων στην Ερμιονίδα Αργολίδας το 1989-90, που με έκανε περήφανο με τήν εξέλιξή του και είμαστε πιά εκτός από συνάδελφοι και δύο πολύ καλοί φίλοι....τον Ανάργυρο Πασχάλη...

ΔΔ: Η συμμετοχή σας σε ατομικές και ομαδικές εκθέσεις είναι μεγάλη. Υπάρχει κάποια έκθεση που έχετε ξεχωρίσει και για ποιό λόγο;

ΓΚ: Ναι. Είναι τρεις...Η πρώτη σοβαρή έκθεσή μου στην Γκαλερί-Πνευματικό Κέντρο ΩΡΑ του Ασαντούρ Μπαχαριάν στην οδό Ξενοφώντος στο Σύνταγμα το 1989, ήταν πολύ σημαντική για μένα γιατί αυτός ο άνθρωπος πίστεψε στην δουλειά μου, παρότι δεν φαινόταν ευπώλητη, επειδή τότε κυριαρχούσαν στα έργα μου νυχτερινές και γαιώδεις ατμόσφαιρες από εσωτερικά τοπία αρκετά αφαιρετικά. Επίσης η έκθεσή μου το 1992 στην γκαλερί της BOSCH, διότι αποδείχθηκε πολύ επιτυχημένη, ποιοτικά μέν (σύμφωνα με τίς κριτικές) αλλά και εμπορικά. Για αυτή την έκθεση επιλέχθηκαν από ειδική επιτροπή μόνο έξι νέοι καλλιτέχνες (μέσα από 500 περίπου που εξετάστηκαν) να εκθέσουν ατομικά εκεί, στην γκαλερί τής εταιρίας την περίοδο 1992-1993 και ένας από αυτούς τελικά θα έπαιρνε την υποτροφία για μεταπτυχιακά στην Α.Σ.Κ.Τ. Βερολίνου. Αυτός λοιπόν ήμουν εγώ. Ήταν μεγάλη τιμή και επιβεβαίωση όλο αυτό, για το οποίο είχα αρχικά αρκετές αμφιβολίες, γιατί πίστευα ότι τα έργα μου δεν θεωρούνταν ευπώλητα....Επίσης η έκθεσή μου το 2002 στο πνευματικό κέντρο της Νάουσας Πάρου με τοπία και πλεούμενα του νησιού, γιατί πωλήθηκαν τελικά τα μισά σχεδόν έργα που εξέθεσα.

ΔΔ: Τι να περιμένουμε από εσάς καλλιτεχνικά στο άμεσο μέλλον; Υπάρχει στα σκαριά κάποια νέα έκθεση ή μια θεματική ενότητα πινάκων που πειραματίζεστε αυτόν τον καιρό;

ΓΚ: Αυτή την περίοδο, η ενέργειά μου είναι συγκεντρωμένα στη διοργάνωση της αναδρομικής μου έκθεσης με τίτλο "Ο Ρεαλισμός της Μνήμης - 5 Ενότητες". Πρόκειται για μια πολύ σημαντική στιγμή, η οποία θα πραγματοποιηθεί στην Αίθουσα Τέχνης του Ελληνογαλλικού Συνδέσμου, στο Κολωνάκι (Φιλικής Εταιρείας 2, 4ος όροφος). Τα εγκαίνια έχουν προγραμματιστεί για τις 24 Νοεμβρίου στις 8:00 μ.μ. και η έκθεση θα διαρκέσει έως τις 3 Δεκεμβρίου, με ώρες επίσκεψης για το κοινό καθημερινά από τις 7:00 μ.μ. έως τις 11:00 μ.μ. Η έκθεση τελεί υπό την αιγίδα του Ελληνογαλλικού Συνδέσμου, και θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά τον Πρόεδρο, κ. Νίκο Αγγελή, καθώς και την υπεύθυνη του Συνδέσμου, κ. Ανδριάνα Κουλουμπή, για την πολύτιμη στήριξή τους. Τη διοργάνωση και την επιμέλεια έχει αναλάβει η Αργυρούλα Pappas Τσιώτα. Είναι ένα έργο ζωής που ανυπομονώ να μοιραστώ με το κοινό, και αμέσως μετά την ολοκλήρωσή του, θα αρχίσω να σχεδιάζω τα επόμενα καλλιτεχνικά μου βήματα.





Συνέντευξη στη
Δέσποινα Δημότση
@despina.dimotsi



Micky Soler

Ισπανογερμανίδα δημοσιογράφος, υπεύθυνη δημοσίων σχέσεων και αρχισυντάκτρια.

Η Micaela "Micky" Soler Astorga είναι Ισπανογερμανίδα δημοσιογράφος, υπεύθυνη δημοσίων σχέσεων (publicist) και αρχισυντάκτρια. Απόφοιτος του Πανεπιστημίου της Σεβίλλης, έχει γράψει για μεγάλες ισπανικές εφημερίδες και λογοτεχνικά περιοδικά.
Το 2021 ίδρυσε το OriGinaL MagaZine, μια δίγλωσση ψηφιακή πλατφόρμα με επίκεντρο τις παγκόσμιες τέχνες και τη συμπερίληψη. Έως το 2025, επέκτεινε την εκδοτική της δραστηριότητα δημιουργώντας το Love Hollywood USA Magazine και αναλαμβάνοντας την αρχισυνταξία των περιοδικών Arte Magazine και Beverly Hills Studios Magazine.

Ως υπεύθυνη δημοσίων σχέσεων, εκπροσωπεί διεθνή ταλέντα σε Χόλιγουντ, Ευρώπη και Ινδία. Το ποικίλο δημιουργικό της υπόβαθρο περιλαμβάνει επίσης την υποκριτική, την ποίηση, καθώς και τη συμμετοχή της ως κριτής στα βραβεία UK Creative Industry Awards 2022.

Σημαντικές Διακρίσεις
- **Έλαβε την τιμητική διάκριση NIFF Golden Bridge Recognition για τη γυναικεία προσφορά (2026), στο Διεθνές Φεστιβάλ Κινηματογράφου NEZ (NEZ International Film Festival) της Ινδίας.**

- **Ιδρύτρια & Διευθύντρια: OriGinaL MagaZine**
- **Αρχισυντάκτρια: Love Hollywood USA, Arte Magazine, Beverly Hills Studios Magazine**
- **Υπεύθυνη Δημοσίων Σχέσεων: Εκπροσωπεί ηθοποιούς, σκηνοθέτες και μουσικούς παγκόσμιας εμβέλειας**
- **Δημοσιογράφος: Συνεργάτης σε διεθνή μέσα ενημέρωσης σε Ευρώπη και Αμερική**

Σύνδεσμοι / Επικοινωνία
- **Ιστοσελίδα: originalmagazine.co.uk**
- **Instagram: @mickysoler_publicist, @original_magazine_uk**
- **TikTok: @micky_soler777**

ΔΔ: Καλώς ορίσατε στο περιοδικό μας. Ως εκδότης, πώς θα προσεγγίζατε τη δημιουργία και την έκδοση περιοδικών με διαφορετικό τρόπο;

MS: Από την εμφάνιση του Διαδικτύου στη ζωή μας, όλα τα παραδοσιακά έντυπα μέσα (βιβλία, εφημερίδες, περιοδικά...) έχουν υποστεί σημαντικές αλλαγές. Στην περίπτωση των περιοδικών και των εφημερίδων, η μετάβαση έγινε προς τον ψηφιακό κόσμο. Αυτό σήμαινε το άνοιγμα μιας ευρύτερης αγοράς, και πολυάριθμοι εκδότες έσπευσαν να λανσάρουν τα δικά τους ψηφιακά περιοδικά. Κατά συνέπεια, αυτό επηρέασε και τον αριθμό των έντυπων περιοδικών που διανέμονται και πωλούνται. Στη δική μου περίπτωση, επέλεξα επίσης να δημιουργήσω ένα ψηφιακό περιοδικό. Ωστόσο, ήθελα να κάνω κάτι διαφορετικό: να συνεχίσω τη σχεδίαση και τη σελιδοποίηση του περιοδικού σαν να επρόκειτο να τυπωθεί (μάλιστα, τυπώνεται αποκλειστικά για πελάτες). Αυτή η προσέγγιση διατηρεί τη σχεδίαση των σελίδων μας φρέσκια, πρωτότυπη και εντυπωσιακή, δημιουργώντας μια έντονη αντίθεση με την τυπική εμφάνιση των κλασικών ψηφιακών άρθρων.

ΔΔ: Περιγράψτε μας μια δύσκολη/απαιτητική εμπειρία που έχετε βιώσει ως εκδότης περιοδικού.

MS: Έχω βιώσει πολλές περίεργες καταστάσεις όλο αυτό το διάστημα. Μία από τις πιο εντυπωσιακές αφορούσε έναν πελάτη που ζήτησε συνέντευξη, ισχυριζόμενος ότι ήταν συγγενής της Μέριλιν Μονρόε. Δεν υπήρχε κανένας τρόπος να επαληθευτεί αυτό, ενώ ο πελάτης δεν παρείχε ούτε επαρκείς αποδείξεις ή πληροφορίες. Ήταν μια εξαιρετικά αλλόκοτη κατάσταση.

ΔΔ: Πώς θα περιγράφατε την εμπειρία σας από τη συνεργασία σας με ηθοποιούς, τραγουδιστές κ.λπ.;

MS: Ήταν μια υπέροχη και άκρως εμπλουτιστική εμπειρία. Έχω γνωρίσει θαυμάσιους ανθρώπους και απίστευτους καλλιτέχνες. Μερικοί από αυτούς, μάλιστα, είχαν πρωταγωνιστήσει σε ταινίες που θαύμαζα βαθύτατα. Είναι πραγματικό προνόμιο και τιμή να μπορώ να συνεργάζομαι με όλους αυτούς.



ΔΔ: Πείτε μας λίγα λόγια για τη βράβευσή σας με το NIFF Golden Bridge Recognition for Women 2026. Πόσο σημαντικό είναι αυτό για εσάς;



MS: Είναι ένα βραβείο που έλαβα φέτος από το Ίδρυμα NEZ (NEZ Foundation). Διοργανώνουν το Διεθνές Φεστιβάλ Κινηματογράφου NEZ (NEZ International Film Festival), μεταξύ άλλων κινηματογραφικών φεστιβάλ, και προωθούν ενεργά τον πολιτισμό και την τέχνη. Ήταν μια υπέροχη έκπληξη και έχει μεγάλη σημασία για εμένα, καθώς αρχίζω να βλέπω ότι το έργο μου αναγνωρίζεται και εκτιμάται. Αυτό με γεμίζει με βαθιά ικανοποίηση και υπερηφάνεια. Είμαι απίστευτα ευγνώμων και ευτυχισμένη γι' αυτή την αναγνώριση.





ΔΔ: Ποια είναι τα μελλοντικά σας σχέδια από εδώ και πέρα;

MS: Να συνεχίσω να εργάζομαι στα περιοδικά μου: το OriGinaL MagaZine UK και το Love Hollywood USA Magazine. Θα συνεχίσω επίσης τη δουλειά μου ως υπεύθυνη δημοσίων σχέσεων (publicist) για καλλιτέχνες και ως αρχισυντάκτρια των περιοδικών Arte Magazine και Beverly Hills Studios Magazine. Μου αρέσει επίσης πολύ να συμμετέχω σε πολιτιστικές εκδηλώσεις. Σε αυτό το πλαίσιο, αυτή την περίοδο διοργανώνω μια έκθεση φωτογραφίας με θέμα τον κόσμο του κινηματογράφου, η οποία θα πραγματοποιηθεί σε μια γκαλερί τέχνης τον ερχόμενο χειμώνα.

Tour du Péloponnèse 2026 *Ermionida*

Λάμψη και ιστορία στους δρόμους της Ερμιονίδας

Το 13ο Tour du Péloponnèse 2026, ο μεγαλύτερος και πιο αναγνωρισμένος αγώνας κλασικών αυτοκινήτων στην Ελλάδα, ολοκληρώθηκε με απόλυτη επιτυχία, μετατρέποντας την Ερμιονίδα σε ένα ζωντανό υπαίθριο μουσείο αυτοκίνησης. Η διεθνής αυτή διοργάνωση, προσέλκυσε 85 σπάνια ιστορικά οχήματα και πληρώματα από κάθε γωνιά του πλανήτη.
Οι συμμετέχοντες διένυσαν συνολικά μια απαιτητική και μαγευτική διαδρομή 1.000 χιλιομέτρων σε ολόκληρη την Πελοπόννησο από τις 4 έως τις 11 Οκτωβρίου 2026. Το πέρασμα και οι σταθμοί του ράλι στην περιοχή της Ερμιονίδας αποτέλεσαν ένα από τα πιο λαμπερά highilights της φετινής διοργάνωσης. Τα εντυπωσιακά οχήματα κατέκλυσαν τα Μαντράκια της Ερμιόνης, προσφέροντας μια ξεχωριστή ατμόσφαιρα στους κατοίκους και τους επισκέπτες που είχαν την ευκαιρία να θαυμάσουν από κοντά αυτοκίνητα-θρύλους περασμένων δεκαετιών.

Φωτογραφικό υλικό: Αναστάσιος Γανώσης, Σταύρος Μπασακιώτης και Μάκης Ζαβαλάρης.





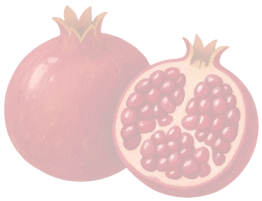






Επικαιρότητα

ER MAG TV



"Οχι" στην καταστροφή του δάσους της Κορακιάς.



Σοβαρές καταγγελίες για την προωθούμενη αξιοποίηση του δάσους της Κορακιάς στην Ερμιονίδα καταθέτει ο δημοτικός σύμβουλος επικεφαλής παράταξης, Τάσος Λάμπρου. Ο Περιβαλλοντικός Σύλλογος με τη σειρά του επισημαίνει:
Σαν Περιβαλλοντικός Σύλλογος δεν θα πάψουμε να αγωνιζόμαστε για μια οικονομία αειφόρα που θα σέβεται την φρέουσα ικανότητα του τόπου και θα διαφυλάσει την ποιότητα ζωής των κατοίκων.
Δεν είναι όλα λεφτά. Τα λεφτά δεν αγοράζουν ποιότητα ζωής , αέρα , καθαρό νερό , παραλίες , τροφή. Αγοράζουν εμπορεύματα , υποκατάστατα , όλων αυτών ...."



Γιορτή Ροδιού Ερμιόνης 2026

Το ERmionida MAGazine σας παρουσιάζει την 15η Γιορτή Ροδιού Ερμιόνης , μέσω της εκπομπής "Γαλάζιο Παράθυρο" με την Αγγελική Σπυροπούλου στην τηλεόραση του Ionian. 23/10/26.

Άργος: Απαγόρευση για τρία χρόνια στο κυνήγι για τις περιοχές που επλήγησαν από τις πυρκαγιές

Με απόφαση της Διεύθυνσης Δασών Αργολίδας, τίθεται σε άμεση ισχύ τριετής απαγόρευση κυνηγιού για όλα τα θηράματα σε μια έκταση περίπου 10.963 στρεμμάτων στον Δήμο Άργους – Μυκηνών, ως συνέπεια της καταστροφικής πυρκαγιάς της 31ης Ιουλίου 2026. Η ζώνη αποκλεισμού εκτείνεται εντός των ορίων των κοινοτήτων Φιχτίων, Μπόρσας και Κουτσοποδίου. Περιλαμβάνει τις καμένες αγροτικές και δασικές εκτάσεις, οι οποίες έχουν ήδη κηρυχθεί αναδασωτέες.
Η προστασία, η ομαλή αναπαραγωγή και η αποκατάσταση της άγριας πανίδας, της οποίας το περιβάλλον διαβίωσης υπέστη σοβαρό πλήγμα από τη φωτιά. Η εφαρμογή του μέτρου ξεκινά από τη δημοσίευση της διάταξης. Την τήρησή της αναλαμβάνουν η Δασική Υπηρεσία, η Ελληνική Αστυνομία και οι κυνηγετικοί σύλλογοι. Οι παραβάτες θα αντιμετωπίσουν τις προβλεπόμενες από τον νόμο ποινικές διώξεις. Στην υπόλοιπη Αργολίδα το κυνήγι συνεχίζεται κανονικά, βάσει της ισχύουσας τροποποιημένης Δασικής Ρυθμιστικής Διάταξης για την περίοδο 2026–2027.



Όλες οι ειδήσεις στο site μας



Αργολίδα: Αγέλες αδέσποτων σκύλων προκαλούν ανησυχία στους πολίτες

Έντονο προβληματισμό και αισθήματα ανασφάλειας προκαλεί η παρουσία αγελών αδέσποτων σκυλιών σε κεντρικά σημεία του Ναυπλίου, σύμφωνα με τοπικά δημοσιεύματα. Το περιστατικό συνέβη στον παραλιακό δρόμο Ναυπλίου – Νέας Κίου, ένα σημείο όπου καθημερινά επιλέγουν πολλοί πολίτες για τον περίπατό τους. Γυναίκα περιγράφει τη στιγμή που βρέθηκε αντιμέτωπη με μια αγέλη οκτώ μεγάλων σκυλιών, ορισμένα εκ των οποίων άρχισαν να της γαβγίζουν επιθετικά. Αν και η ίδια κατάφερε να διατηρήσει την ψυχραιμία της και να απομακρυνθεί, εκφράζει την έντονη ανησυχία της για το τι θα μπορούσε να συμβεί αν στη θέση της βρισκόταν κάποιος που θα πανικοβαλλόταν ή ένα μικρό παιδί, δεδομένου ότι πολύ κοντά στο σημείο λειτουργεί παιδική χαρά. Το περιστατικό έρχεται να προστεθεί στα πολλά περιστατικά στην Αργολίδα τους τελευταίους μήνες. Οι Δήμοι ως υπεύθυνοι πρέπει να πάρουν τα ανάλογα μέτρα

Ioannina Science Festival 2026 από τις 8 έως τις 10 Οκτωβρίου

Το Ioannina Science Festival 2026 αποτέλεσε μια σπουδαία γιορτή της επιστήμης και της καινοτομίας, η οποία συγκέντρωσε πλήθος κόσμου στον σύγχρονο χώρο του EIS/JOIST Innovation Space από τις 8 έως τις 10 Οκτωβρίου. Με κεντρικό σύνθημα «Origins to Futures – Από τις Ρίζες στο Μέλλον», η φετινή διοργάνωση γεφύρωσε με μοναδικό τρόπο την παραδοσιακή γνώση και την πολιτιστική κληρονομιά με τις πιο σύγχρονες τεχνολογικές εξελίξεις. Μέσα από τη στρατηγική συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων και την υποστήριξη της τοπικής αυτοδιοίκησης, το φεστιβάλ ανέδειξε την πόλη των Ιωαννίνων ως έναν δυναμικό πυρήνα επιστημονικής σκέψης και εκπαίδευσης για ολόκληρη την περιφέρεια.
Κατά τη διάρκεια του τριημέρου, οι επισκέπτες όλων των ηλικιών είχαν την ευκαιρία να βιώσουν την επιστήμη στην πράξη μέσα από ένα εξαιρετικά πλούσιο και πολυδιάστατο πρόγραμμα. Οι διαδραστικές εκθέσεις ρομποτικής, οι εφαρμογές STEM και οι τεχνολογίες εικονικής πραγματικότητας κέντρισαν το ενδιαφέρον των νεότερων, ενώ οι ομιλίες για την τεχνητή νοημοσύνη και την κλιματική αλλαγή πρόσφεραν τροφή για σκέψη στους ενήλικες. Η εμπειρία ολοκληρώθηκε ιδανικά με ψυχαγωγικές παράλληλες δράσεις, ζωντανή μουσική και ένα μεγάλο θεματικό πάρτι, αποδεικνύοντας ότι η γνώση μπορεί να είναι εξίσου συναρπαστική, προσιτή και διασκεδαστική για όλους.
Φωτογραφίες: Αλεξάνδρα Γκαράνη

Το ER MAG στήριξε ως χορηγός επικοινωνίας!









6ο Φεστιβάλ Γρίφων Καστελλορίζου | Παιγνίδια Επιστήμης, 16–18 Οκτωβρίου 2026 | Καστελλόριζο.

Το 6ο Φεστιβάλ Γρίφων Καστελλορίζου, που πραγματοποιήθηκε τον Οκτώβριο του 2026, μεταμόρφωσε το ακριτικό νησί σε έναν ζωντανό πυρήνα επιστήμης, τεχνολογίας και πολιτισμού. Με κεντρικό άξονα τα «Παιγνίδια Επιστήμης», η διοργάνωση προσέλκυσε πλήθος μαθητών και επισκεπτών, προσφέροντας μια μοναδική βιωματική εμπειρία. Μέσα από πρωτοποριακά εργαστήρια για την Τεχνητή Νοημοσύνη, τη ρομποτική, τη φυσική και τη νευροεπιστήμη, οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να ανακαλύψουν τη γνώση με τρόπο διασκεδαστικό και διαδραστικό, αποδεικνύοντας ότι η μάθηση μπορεί να γίνει το πιο συναρπαστικό παιχνίδι.

Παράλληλα με το επιστημονικό σκέλος, το φεστιβάλ ανέδειξε τη σημασία της κοινωνικής προσφοράς και της πολιτιστικής κληρονομιάς, δημιουργώντας ισχυρούς δεσμούς με την τοπική κοινότητα. Οι δράσεις εμπλουτίστηκαν με σεμινάρια πρώτων βοηθειών από την Ελληνική Ομάδα Διάσωσης, καλλιτεχνικά εργαστήρια, escape rooms και παραδοσιακή μουσική που ένωσε ιδανικά την παράδοση με τη σύγχρονη έρευνα. Με τη συμμετοχή κορυφαίων ακαδημαϊκών ιδρυμάτων, όπως το ΕΚΕΦΕ Δημόκριτος και το Ινστιτούτο Παστέρ, η εκδήλωση άφησε ένα βαθύ, θετικό αποτύπωμα στο Καστελλόριζο, ενισχύοντας την εκπαιδευτική και πολιτιστική του ανάπτυξη.

Το ER MAG στήριξε ως χορηγός επικοινωνίας!





Βραβεία 8ου Πανελλήνιου Διαγωνισμού Συγγραφής Στίχου της Ένωσης Σεναριογράφων Ελλάδος



Σε μια άκρως φιλική ατμόσφαιρα απονεμήθηκαν τα βραβεία στους διακριθέντες του 8ου Πανελλήνιου Διαγωνισμού Συγγραφής Στίχου της Ένωσης Σεναριογράφων Ελλάδος.

ΒΡΑΒΕΙΑ
1ο Ασπασία Κάκαρη Κάτι από μένα.
2ο Εβίτα Κωνσταντίνου Στης λήθης το κουτί
3ο Ζαχαρίας Δημητριάδης Στα φτερουγίσματα του χρόνου

ΕΠΑΙΝΟΙ (ισότιμοι)
Ελευθέριος Κασκαβέλης Πέμπτη εποχή
Ευφροσύνη Τσαβασίλη Κύκλος 6
Εμμανουήλ Κοντοπόδης Ανίκατε μάχαν έρως
Φωτεινή Φύκα Ημερολόγιο έρωτα





Η Γιορτή του Σινεμά στη Θεσσαλονίκη και οι Νέες Αφηγηματικές Φωνές





Γράφει ο
Χρήστος Αρφάνης

ENTERTAINMENTNEWS.GR

Ο Νοέμβριος είναι παραδοσιακά ο μήνας του Φεστιβάλ Κινηματογράφου Θεσσαλονίκης, ενός θεσμού που αποτελεί τον σημαντικότερο φάρο πολιτισμού για την έβδομη τέχνη στη χώρα μας. Καθώς το φθινόπωρο βαθαίνει, η συμπρωτεύουσα μετατρέπεται σε ένα ζωντανό μελίσσι δημιουργίας, όπου σκηνοθέτες, σεναριογράφοι και σινεφίλ από κάθε γωνιά του πλανήτη συναντώνται για να γιορτάσουν τη μαγεία της εικόνας. Για εμένα, η Θεσσαλονίκη τον Νοέμβριο δεν είναι απλώς ένας προορισμός, αλλά μια πνευματική αναζήτηση που επαναπροσδιορίζει κάθε χρόνο την αγάπη μου για το σινεμά.

Στο επίκεντρο της φετινής διοργάνωσης, αλλά και της παγκόσμιας παραγωγής του Νοεμβρίου, βρίσκεται η έννοια της «συμπερίληψης» και της «διαφορετικότητας», όχι ως κενά συνθήματα, αλλά ως ουσιαστικές σεναριακές δομές. Ως μέλος της Ένωσης Σεναριογράφων Ελλάδος, παρατηρώ με μεγάλο ενδιαφέρον πώς οι σύγχρονοι δημιουργοί σπάνε τα στερεότυπα, δίνοντας φωνή σε κοινωνικές ομάδες και ιστορίες που για δεκαετίες παρέμεναν στο περιθώριο. Το σενάριο πλέον δεν ακολουθεί μόνο την πεπατημένη του ήρωα και του αντιπάλου, αλλά εξερευνά τις γκρίζες ζώνες της ανθρώπινης ύπαρξης, εκεί όπου η αλήθεια είναι συχνά πολυδιάστατη και επώδυνη.

Παράλληλα, ο Νοέμβριος σηματοδοτεί την έναρξη της περιόδου όπου οι μεγάλες εταιρείες παραγωγής ξεκινούν την προώθηση των ταινιών που προορίζονται για τα επόμενα Όσκαρ. Είναι η στιγμή που το «καλλιτεχνικό» συναντά το «εμπορικό» σε μια λεπτή ισορροπία. Έχοντας διατελέσει μέλος σε κριτικές επιτροπές διεθνών φεστιβάλ, γνωρίζω ότι η επιτυχία μιας ταινίας δεν κρίνεται μόνο από τα εισιτήρια, αλλά από την αντοχή της στον χρόνο και την ικανότητά της να προκαλεί συζητήσεις. Οι ταινίες που βλέπουμε αυτόν τον μήνα είναι εκείνες που θα μας συντροφεύουν στις αναλύσεις μας για όλο τον επόμενο χρόνο.

Σας προσκαλώ, λοιπόν, αυτόν τον Νοέμβριο να γίνετε μέρος αυτής της κινηματογραφικής έξαρσης. Μην περιμένετε απαραίτητα τις μεγάλες διαφημιστικές καμπάνιες. Αναζητήστε τις προβολές του Φεστιβάλ, τις ανεξάρτητες παραγωγές και τα αφιερώματα που διοργανώνονται στις πόλεις μας. Ο κινηματογράφος είναι μια τέχνη που απαιτεί συμμετοχή και ο Νοέμβριος είναι η ιδανική στιγμή για να βυθιστείτε στη σκοτεινή αίθουσα, αφήνοντας τις ιστορίες να σας μεταμορφώσουν. Το σινεμά είναι εδώ για να μας θυμίζει ότι, παρά τις δυσκολίες, η ομορφιά της ανθρώπινης δημιουργίας παραμένει ανεξάντλητη.

ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ 28ΗΣ ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ



Με μεγάλη συμμετοχή ο εορτασμός της 28ης Οκτωβρίου από την Ελληνική Κοινότητα Offenbach Στις 28 Οκτωβρίου 2026 η Ελληνική Κοινότητα Offenbach und Umgebung e.V. γιόρτασε την εθνική μας επέτειο, μαζί με ελληνικούς συλλόγους της ευρύτερης περιοχής. Ξεχωριστή ήταν η παρουσία περίπου 80 παιδιών, που συμμετείχαν στη γιορτή με τραγούδια, ποιήματα και παραδοσιακούς χορούς. Με τον δικό τους τρόπο τίμησαν την ημέρα και χάρισαν σε όλους όμορφες στιγμές γεμάτες χαρά και συγκίνηση. Η εκδήλωση έφερε κοντά τους ελληνικούς συλλόγους της περιοχής, που είχαν την ευκαιρία να γιορτάσουν όλοι μαζί μια τόσο σημαντική ημέρα για την πατρίδα μας. Ιδιαίτερα για εμάς που ζούμε στο εξωτερικό, έχει μεγάλη αξία να βλέπουμε τα παιδιά μας να συμμετέχουν σε τέτοιες γιορτές, να μαθαίνουν την ιστορία μας και να γνωρίζουν τις παραδόσεις του τόπου μας.

Η Ελληνική Κοινότητα Offenbach ευχαριστεί θερμά τους συλλόγους που συμμετείχαν, τη δασκάλα του ελληνικού σχολείου, τη χοροδιδάσκαλο, τους γονείς και φυσικά όλα τα παιδιά που ήταν οι πρωταγωνιστές της ημέρας. Ένα μεγάλο ευχαριστώ και σε όλους όσοι βοήθησαν στην προετοιμασία και την πραγματοποίηση της γιορτής. Η μεγάλη συμμετοχή και ιδιαίτερα η παρουσία τόσων παιδιών μάς γεμίζει χαρά και αισιοδοξία. Γιατί όσο τα παιδιά μας γνωρίζουν την ιστορία και τις ρίζες τους, τόσο θα συνεχίζει να υπάρχει ένας δυνατός δεσμός με την Ελλάδα, όπου κι αν ζούμε.

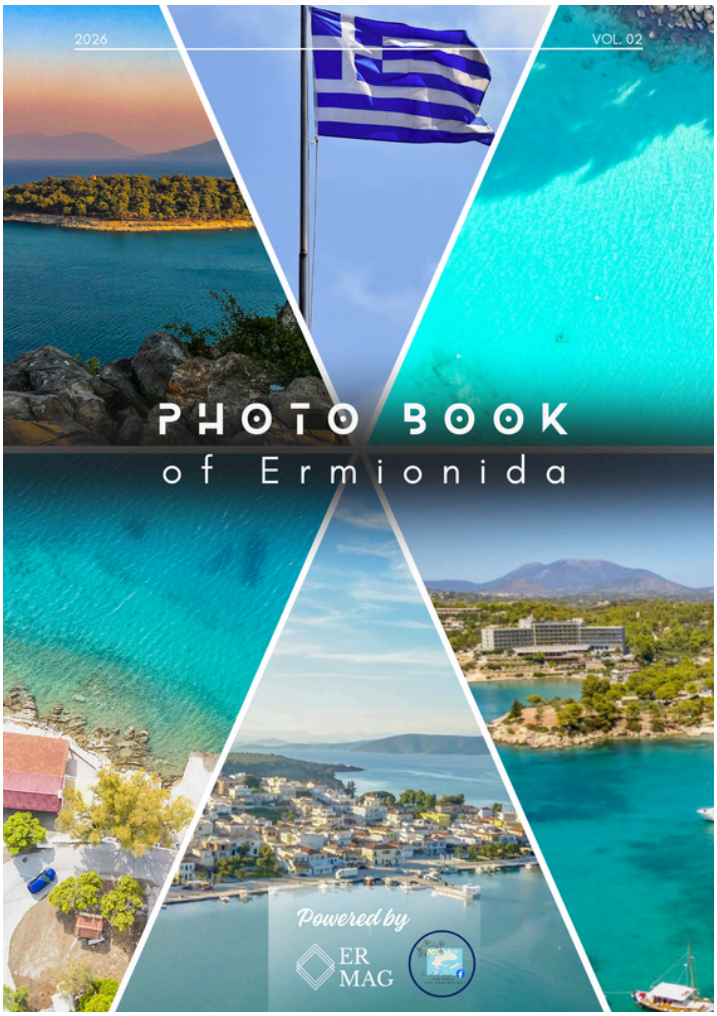


Η Επέτειος του ιστορικού «ΟΧΙ» της 28ης Οκτωβρίου 1940 εορτάστηκε από τον Ελληνισμό του Σύδνεϋ με τη δέουσα λαμπρότητα, μέσα σε κλίμα πνευματικής ανατάσεως και εθνικής υπερηφάνειας.

Της επισήμου Δοξολογίας, η οποία τελέστηκε στον Ιερό Καθεδρικό Ναό του Ευαγγελισμού της Θεοτόκου, την Πέμπτη, 29 Οκτωβρίου, προέστη ο Σεβασμιώτατος Αρχιεπίσκοπος Αυστραλίας κ.κ. Μακάριος, πλαισιούμενος από τον Θεοφιλέστατο Επίσκοπο Καμπέρας κ. Αθηναγόρα, ενώ παρέστησαν ο κ. Γεώργιος Σκέμπερης, Γενικός Πρόξενος της Ελλάδος στο Σύδνεϋ, ο κ. Θεοδόσιος Πενκλής, Άρχων της Μ.τ.Χ.Ε. και Γενικός Γραμματέας του Αρχιεπισκοπικού Συμβουλίου, ο κ. Ηλίας Οικονόμου, μέλος του Αρχιεπισκοπικού Συμβουλίου, ο κ. Κωνσταντίνος Αποΐφης, Πρόεδρος της Ελληνικής Ορθοδόξου Κοινότητος Νέας Νοτίου Ουαλίας, Πρόεδροι και εκπρόσωποι Οργανισμών της Ιεράς Αρχιεπισκοπής, Ενοριών - Κοινοτήτων και ομογενειακών οργανώσεων, καθώς επίσης μαθητές και μαθήτριες ομογενειακών σχολείων.

Την Ακολουθία ελάμπρυνε ιδιαιτέρως η παρουσία Αγήματος της Προεδρικής Φρουράς της Ελλάδος, τα μέλη της οποίας καλωσόρισε με εγκάρδιους λόγους ο Αρχιεπίσκοπος κ.κ. Μακάριος. «Αγαπητοί μας Εύζωνες, ταξιδέψατε από την Ελλάδα για να βρεθείτε ανάμεσά μας και, μέσα από την παρουσία σας, αισθανόμαστε ακόμη πιο ζωντανό τον δεσμό μας με την μητέρα πατρίδα», τόνισε ο Σεβασμιώτατος και συνέχισε: «Δεν είστε απλώς μία τιμητική φρουρά. Είστε ζωντανά σύμβολα της ιστορικής μνήμης της Ελλάδος, της εθνικής της αξιοπρέπειας και του ακατάβλητου φρονήματός της. Μας υπενθυμίζετε ότι η ταυτότητα ενός έθνους δεν διαφυλάσσεται μόνο με λόγια. Διαφυλάσσεται με αφοσίωση, πειθαρχία και με την προθυμία κάθε γενιάς να παραλαμβάνει την ιστορική κληρονομιά και να τη μεταφέρει στην επόμενη. Για τους νέους μας, η παρουσία σας εδώ καθιστά αυτή την ιστορία ζωντανή και απτή. Τους συνδέει με τους προγόνους τους και τους υπενθυμίζει ότι, μολονότι μπορεί να γεννήθηκαν μακριά από την Ελλάδα, ανήκουν σε μία κληρονομιά εξαιρετικού θάρρους, προσφοράς και επιτευγμάτων».





Η Ερμιονίδα και οι ομορφιές της μέσα από τις δικές σας φωτογραφίες!!!!!

Το ERmionida MAGazine και η ομάδα στο facebook "Εν οίδα, την Ερμιονίδα" συγκεντρώνουν φωτογραφίες που έχουν αναρτηθεί μέσα στην ομάδα και σας παρουσιάζουν το ERMIONIDA Photo Book – 2026 Volume 2.

Απαραίτητες προϋποθέσεις: α) Οι φωτογραφίες να έχουν αναρτηθεί ή κοινοποιηθεί μέσα στην ομάδα και β) να αναφέρεται ο δημιουργός σε περίπτωση που δεν είναι δική σας η φωτογραφία (βάσει Νόμου 2121/1993 (άρθρο 1, 2) περί πνευματικών δικαιωμάτων).

ΜΠΕΙΤΕ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΜΟΙΡΑΣΤΕΙΤΕ ΤΙΣ ΟΜΟΡΦΙΕΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΜΑΣ,
ΓΙΝΕΤΕ ΚΑΙ ΕΣΕΙΣ ΜΕΡΟΣ ΑΥΤΗΣ ΤΗΣ ΕΙΔΙΚΗΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

Η έκδοση θα κυκλοφορήσει έως 30/11/2026 και θα είναι δωρεάν.
Στο εξώφυλλο οι φωτογραφίες είναι από τον συνεργάτη του περιοδικού μας @drone_vision_ermionida.



Οι φωτογραφίες του μήνα
Μέσα από την ομάδα στο facebook
" ΕΝ ΟΙΔΑ, ΤΗΝ ΕΡΜΙΟΝΙΔΑ"



Η καιρική αλλαγή έχει ήδη ξεκινήσει πριν την ώρα της.
Λίτσα Ανδριοπούλου (αριστερά)
Κατερίνα Χατζηχριστόφα (δεξιά)





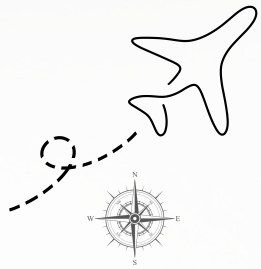




Όταν ταξιδεύεις με πτήσεις transit

Όταν δεν βρίσκεις οικονομική πτήση και πρέπει να ταξιδέψεις όπως και να χει σίγουρα θα αναγκαστείς να επιλέξεις πτήση με ενδιάμεση αναμονή σε κάποια πόλη, άλλες φορές πολύωρη άλλες όχι. Τι γίνεται όταν όμως έχεις στη διάθεση σου ώρες αναμονής σε κάποιο αεροδρόμιο; Τι μπορείς να κάνεις; Πολλά πράγματα. Από το να βγεις στην πόλη (αν είναι κοντά) μέχρι να αράξεις στο αεροδρόμιο και να σερφάρεις στο ίντερνετ.
Οι λάτρεις της περιπέτειας επιλέγουν σαφώς το πρώτο. Επισκέπτονται μια άλλη πόλη και τη φωτογραφίζουν με ελάχιστο κόστος.

Πτήση με αναμονή στη Ζυρίχη.
Πρέπει να μείνετε στη Ζυρίχη για λίγες ώρες; Υπέροχα. Είστε τυχεροί. Με λίγα ευρώ στην τιμή του ημερήσιου εισιτηρίου μπορείς να δεις την πόλη και να χρησιμοποιήσεις όλα τα μέσα όπως το υπέροχο τραμ. Το μόνο πρόβλημα είναι οι υψηλές τιμές σε όλα τα προιόντα γι αυτό θα φροντίσεις , μόλις δώσεις την βαλίτσα σου και περάσεις τον έλεγχο , να προμηθευτείς τα βασικά : νερό και ένα σνακ. Μετά παίρνεις τη φωτογραφική σου κ φεύγεις (απαραίτητη προϋπόθεση για να βγεις στη πόλη είναι το διαβατήριο, οι Ευρωπαίοι δεν χρειαζόμαστε καν βίζα).



Travel Moments

REDLIGHT
INDEPENDENT FILMS

Film Production

Video Editing

Travel Promo Videos

Hotel & Resort Promotional Videos

Graphic Design

Hotel Menu & Brochure Design

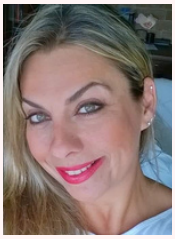
Celebrity & Artist Interviews

Website Advertising

CONTACT:
redlightindependentfilms@gmail.com
arfanis.chris@gmail.com



Beauty tips
ΓΡΑΦΕΙΗ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΚΥΡΙΑΚΟΥ



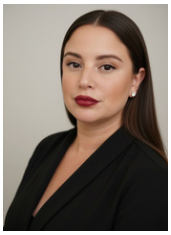
Μικρές Τελετουργίες Αυτοφροντίδας στην Καθημερινότητα.

Η αυτοφροντίδα τα τελευταία χρόνια έχει γίνει μια από τις πιο σημαντικές έννοιες στο wellness. Παρ' όλα αυτά, συχνά συνδέεται λανθασμένα με κάτι πολύπλοκο ή χρονοβόρο. Στην πραγματικότητα, η φροντίδα του εαυτού μας μπορεί να βρίσκεται στις πιο μικρές και απλές στιγμές της ημέρας.

Δεν χρειάζεται πάντα χρόνος ή ιδιαίτερη προετοιμασία. Αρκούν μικρές «τελετουργίες» που μας βοηθούν να επανέλθουμε στον εαυτό μας και να μειώσουμε την ένταση της καθημερινότητας. Μια βαθιά αναπνοή πριν ξεκινήσει η ημέρα. Λίγα λεπτά ηρεμίας χωρίς κινητό. Ένα ζεστό ντους στο τέλος της ημέρας. Μια ενυδατική κρέμα που εφαρμόζεται όχι βιαστικά, αλλά με προσοχή. Μικρές κινήσεις που, όταν γίνονται συνειδητά, αποκτούν άλλη αξία. Στον χώρο της αισθητικής, αυτές οι στιγμές αυτοφροντίδας αποκτούν ακόμη πιο ουσιαστικό χαρακτήρα. Η καθημερινή περιποίηση του δέρματος δεν είναι απλώς μια ρουτίνα ομορφιάς, αλλά μια ευκαιρία σύνδεσης με τον εαυτό μας.

Η αίσθηση του αγγίγματος, η προσοχή στη λεπτομέρεια και ο χρόνος που αφιερώνουμε στο σώμα μας μπορούν να λειτουργήσουν θεραπευτικά. Αντίστοιχα, οι θεραπείες spa και τα μασάζ δεν αποτελούν μόνο στιγμές χαλάρωσης μέσα στην εβδομάδα. Μπορούν να μας υπενθυμίσουν τη σημασία του να επιβραδύνουμε, να αναπνέουμε και να ακούμε τις ανάγκες του σώματός μας. Η ευεξία δεν βρίσκεται μόνο στις μεγάλες αλλαγές, αλλά και στις μικρές επαναλαμβανόμενες πράξεις φροντίδας.

Όταν αυτές οι μικρές συνήθειες γίνονται μέρος της καθημερινότητας, δημιουργούν ένα σταθερό υπόβαθρο ισορροπίας. Δεν εξαφανίζουν το άγχος, αλλά το κάνουν πιο διαχειρίσιμο. Δεν αλλάζουν τη ζωή από τη μια μέρα στην άλλη, αλλά αλλάζουν τον τρόπο που τη ζούμε. Ίσως τελικά η αυτοφροντίδα να μην είναι πολυτέλεια ή τάση. Ίσως να είναι μια ήρεμη υπενθύμιση ότι αξίζουμε να σταματάμε για λίγο μέσα στη μέρα και να επιστρέφουμε στον εαυτό μας. Η φροντίδα δεν βρίσκεται στις μεγάλες κινήσεις, αλλά στη συνέπεια των μικρών στιγμών που μας θυμίζουν ποιοι είμαστε.



ΓΡΑΦΕΙ Η ΑΝΝΑ ΜΕΝΤΙΣΟΠΟΥΛΟΥ

Πώς διαγράφεται το μέλλον στον καιρό της υπερνοημοσύνης

Κάθε εποχή έχει τη λέξη που τη φοβίζει. Η δική μας μοιάζει να είναι η «υπερνοημοσύνη». Μέχρι χθες μιλούσαμε για τεχνητή νοημοσύνη· σήμερα οι μεγάλες εταιρείες τεχνολογίας μιλούν ανοιχτά για συστήματα που κάποια μέρα θα ξεπεράσουν τον άνθρωπο σε σχεδόν κάθε πνευματική εργασία. Η αλλαγή στο λεξιλόγιο δεν είναι αθώα. Λέει κάτι για το πού νομίζουμε ότι πηγαίνουμε, και για το πόσο γρήγορα.
Για να καταλάβουμε, όμως, πώς φτάσαμε ως εδώ, χρειάζεται να γυρίσουμε πολύ πριν από τα chatbots. Το 1950, ο Βρετανός μαθηματικός Alan Turing έθεσε ένα απλό αλλά επικίνδυνο ερώτημα: μπορούν οι μηχανές να σκεφτούν; Αντί να το απαντήσει θεωρητικά, πρότεινε ένα «παιχνίδι μίμησης»: αν κάποιος συνομιλεί γραπτώς με μια μηχανή και δεν μπορεί να καταλάβει ότι δεν μιλά με άνθρωπο, ίσως πρέπει να αναθεωρήσουμε τι εννοούμε «σκέψη». Έξι χρόνια αργότερα, σε ένα θερινό συνέδριο στο Dartmouth, η «τεχνητή νοημοσύνη» απέκτησε επίσημα το όνομά της.

Το 1966 γεννήθηκε η ELIZA, ένα απλό πρόγραμμα του Joseph Weizenbaum στο MIT που μιμούνταν ψυχοθεραπευτή, επιστρέφοντας τις φράσεις του χρήστη σε μορφή ερώτησης. Τίποτα δεν «καταλάβαινε». Κι όμως, άνθρωποι άνοιγαν την καρδιά τους σε αυτήν· λέγεται ότι η ίδια η γραμματέας του Weizenbaum τού ζήτησε να βγει από το δωμάτιο για να μιλήσει ιδιαιτέρως με το πρόγραμμα. Ο δημιουργός της τρόμαξε περισσότερο απ' όλους: όχι από τη μηχανή, αλλά από το πόσο εύκολα της χαρίζουμε ψυχή.

Σήμερα, δεκαετίες αργότερα, η ανησυχία έχει αποκτήσει άλλες διαστάσεις. Το καινούργιο, βέβαια, πάντα τρόμαζε. Η τυπογραφία, ο ηλεκτρισμός, η τηλεόραση, το διαδίκτυο: όλα συνοδεύτηκαν από προφητείες καταστροφής, και τελικά ο κόσμος προσαρμόστηκε. Η διαφορά αυτή τη φορά είναι η ταχύτητα. Από την εμφάνιση του ChatGPT στα τέλη του 2022, μέσα σε λίγα μόλις χρόνια, τα εργαλεία αυτά μπήκαν στα γραφεία, στα σχολεία, ακόμα και στις σχέσεις μας. Οι αλλαγές δεν έρχονται πια σε γενιές· έρχονται σε μήνες, και συχνά άγαρμπα, πριν προλάβουν νόμοι, θεσμοί και άνθρωποι να καταλάβουν τι συμβαίνει.

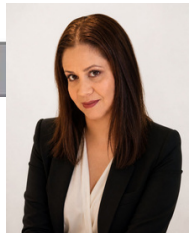
Ίσως λοιπόν η σωστή ερώτηση δεν είναι αν πρέπει να φοβόμαστε, αλλά τι ακριβώς. Ο φόβος ότι «οι μηχανές θα μας αντικαταστήσουν» είναι μάλλον λιγότερο επικίνδυνος από την αδιαφορία για το ποιος τις φτιάχνει, με ποιους κανόνες και για ποιον σκοπό.
Μέσα σε αυτή την επιτάχυνση, κάποιοι αισθάνονται ήδη έτοιμοι για το μέλλον: το χρησιμοποιούν, το αμφισβητούν, μαθαίνουν να συνομιλούν μαζί του. Άλλοι νιώθουν ότι το τρένο τούς προσπέρασε πριν καν ακούσουν το σφύριγμα. Και ίσως το μεγαλύτερο στοίχημα της εποχής να μην είναι τεχνολογικό αλλά βαθιά ανθρώπινο: να μη μείνει κανείς πίσω απλώς επειδή κανείς δεν του εξήγησε τι αλλάζει.

Πέρα όμως από την προσαρμογή στην καινούργια πραγματικότητα, υπάρχει και μια άλλη πλευρά, πιο σιωπηλή και πιο συναρπαστική. Όποιος συνομιλεί καθημερινά με αυτά τα συστήματα, κάποιες στιγμές νιώθει κάτι να αχνοφαίνεται: μια συνέπεια, μια λεπτότητα, μια απάντηση που μοιάζει να «καταλαβαίνει». Είναι ψήγματα συνείδησης ή η ELIZA σε πολύ πιο εκλεπτυσμένη μορφή; Κανείς δεν μπορεί σήμερα να απαντήσει με σιγουριά. Το ενδιαφέρον είναι ότι το ερώτημα δεν το θέτουν πια μόνο
οι συγγραφείς επιστημονικής φαντασίας: φιλόσοφοι, επιστήμονες, ακόμα και εταιρείες τεχνητής νοημοσύνης έχουν αρχίσει να το μελετούν σοβαρά.

Ίσως το μέλλον να μη διαγράφεται μόνο από όσα θα μπορούν να κάνουν οι μηχανές, αλλά και από όσα εμείς θα επιλέξουμε να τους αναθέσουμε και για ποιον σκοπό. Γι' αυτό χρειάζεται να καταλάβουμε τι αλλάζει, να αμφισβητήσουμε όσα παρουσιάζονται ως αναπόφευκτα και να συμμετέχουμε στις αποφάσεις που θα διαμορφώσουν τη ζωή μας. Ανάμεσα στον φόβο, την αδιαφορία και την περιέργεια, εγώ διαλέγω την περιέργεια. Είναι ο τρόπος μου να κρατώ τα μάτια ανοιχτά.

Η στήλη μου

γράφει η Δέσποινα Δημότση



@despinadimotsi



Κομισιόν: Οδηγός «επιβίωσης» 72 ωρών για ακραία καιρικά φαινόμενα, κυβερνοεπιθέσεις και υβριδικές απειλές

Την εποχή που οι συζητήσεις για προετοιμασία αγαθών σε περίπτωση πολέμου ή γενικά έκτακτης ανάγκης ήταν στο ξεκίνημά τους κανένας δεν πίστευε ότι θα ερχόταν η ώρα που πλέον κάθε χώρα θα έδινε σχετικές αναλυτικές οδηγίες. Πόσα χρόνια συζητάμε παρόμοια θέματα , τα οποία ποτέ δεν έχουν συμβεί; Μήπως τώρα ήθε η ώρα;

Ανακοινώνουν πως: *"Έναν νέο οδηγό ετοιμότητας για την αντιμετώπιση κρίσεων παρουσίασε η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, καλώντας τους πολίτες της Ευρωπαϊκής Ένωσης να προετοιμαστούν για ακραία καιρικά φαινόμενα, φυσικές καταστροφές, κυβερνοεπιθέσεις και άλλες υβριδικές απειλές. Στο πλαίσιο των συστάσεων, η Κομισιόν προτρέπει τα νοικοκυριά να διαθέτουν ένα βασικό κιτ έκτακτης ανάγκης, με προμήθειες που θα μπορούν να καλύψουν τις ανάγκες τους για τουλάχιστον 72 ώρες, δηλαδή τρεις ημέρες. Στόχος είναι οι πολίτες να μπορούν να ανταποκριθούν σε μια κρίση μέχρι να υπάρξει συνδρομή από τις κρατικές υπηρεσίες και τους μηχανισμούς Πολιτικής Προστασίας."*

Υπάρχει όμως και η άποψη ότι αυτό είναι άλλο ένα κόλπο για να ταλαιπωρήσουν τις μάζες όπως στον κόβιντ. Ταυτόχρονα κυκλοφορούν και δηλώσεις Αγίων που έχουν μιλήσει για όλα αυτά αναλυτικά στο παρελθόν. Μία κρίση δεν είναι απαραίτητα οικονομική ή ένας πόλεμος. Μπορεί να είναι και φυσική καταστροφή. Σε αυτήν την περίοδο όμως που η ένταση στην Μέση Ανατολή κλιμακώνεται βλέπουμε με τα μάτια μας ότι ίσως αυτή τη φορά πρέπει να πράξουμε σωστά για το συμφέρον μας! Εξάλλου δεν είναι και κάτι δύσκολο να έχουμε κάποιες προμήθειες σε περίπτωση ανάγκης! Αρκεί να τα ανανεώνουμε όλα συχνά!

Συζητάμε, ενημερωνόμαστε, ψάχνουμε!
Είμαστε κοντά στα εμπιστοσύνης μας άτομα ώστε να αντιμετωπίσουμε οποιαδήποτε ακραία κατάσταση!



ΣΤΡΑΤΟΠΕΔΑ ΔΙΟΡΘΩΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ: ΑΠΟ ΤΑ ΣΟΒΙΕΤΙΚΑ ΓΚΟΥΛΑΓΚ ΣΤΙΣ ΚΟΥΒΑΝΙΚΕΣ UMAP



Ο όρος «Στρατόπεδα διορθωτικής εργασίας» (ρωσικά: Исправительно-трудовой лагерь, ИТЛ / ITL) αποτελεί τον επίσημο ευφημισμό που χρησιμοποιούσε η Σοβιετική Ένωση για το διαβόητο σύστημα των Γκουλάγκ. Η φιλοσοφία πίσω από την ονομασία αυτή βασιζόταν στη θεωρητική «αναμόρφωση» και «επανεκπαίδευση» των κρατουμένων μέσω της σκληρής χειρωνακτικής εργασίας προς όφελος του κράτους. Στα στρατόπεδα αυτά εκτοπίζονταν τόσο κοινοί ποινικοί εγκληματίες όσο και εκατοντάδες χιλιάδες πολιτικοί κρατούμενοι (χαρακτηρισμένοι ως «εχθροί του λαού», αντιφρονούντες ή ύποπτοι για κατασκοπεία). Το σύστημα αυτό λειτούργησε ως βασικός πυλώνας της σοβιετικής οικονομίας. Οι κρατούμενοι χρησιμοποιήθηκαν για την υλοποίηση γιγαντιαίων έργων υποδομής, όπως η εξόρυξη μετάλλων και γαιάνθρακα στις παγωμένες περιοχές της Σιβηρίας, η υλοτομία, καθώς και η κατασκευή μεγάλων σιδηροδρομικών γραμμών και καναλιών (με χαρακτηριστικό παράδειγμα το Κανάλι της Λευκής Θάλασσας).

Οι συνθήκες διαβίωσης ήταν εξαιρετικά απάνθρωπες: το ακραίο ψύχος, ο υποσιτισμός, τα εξαντλητικά ωράρια και η παντελής έλλειψη ιατρικής περίθαλψης οδήγησαν στον θάνατο εκατομμύρια ανθρώπους. Ο ρόλος του Τσε Γκεβάρα και το πρώτο στρατόπεδο στο Γουαναχακαμπίμπες Στην Κούβα, ο άνθρωπος που έθεσε τις βάσεις για το πρώτο στρατόπεδο καταναγκαστικής εργασίας το 1960 ήταν ο Ερνέστο Τσε Γκεβάρα, επιλέγοντας τη χερσόνησο Γουαναχακαμπίμπες (Guanahacabibes). Αρχικά, η δομή αυτή δημιουργήθηκε για στελέχη και υπαλλήλους του Υπουργείου Βιομηχανίας (στο οποίο προΐστατο ο ίδιος), οι οποίοι είχαν υποπέσει σε «παραπτώματα επαναστατικής ηθικής». Ο Τσε πίστευε ακράδαντα στη διαμόρφωση του «Νέου Ανθρώπου» μέσω της εργασίας και θεωρούσε ότι η σκληρή χειρωνακτική δουλειά είχε τη δύναμη να «διορθώσει» τις συνειδήσεις. Το 1962, ο ίδιος δήλωνε χαρακτηριστικά: «Στο Γουαναχακαμπίμπες στέλνουμε ανθρώπους που δεν πρέπει να πάνε στη φυλακή... ανθρώπους που έχουν διαπράξει σφάλματα κατά της επαναστατικής ηθικής... Είναι σκληρή δουλειά, όχι με βασανιστήρια, αλλά οι συνθήκες εργασίας είναι σκληρές». Η κρατική κλιμάκωση: Οι μονάδες UMAP του Φιντέλ Κάστρο Αν και ο Τσε Γκεβάρα έθεσε το ιδεολογικό και πρακτικό πλαίσιο, ο Φιντέλ Κάστρο (μαζί με τον αδελφό του, Ραούλ) ήταν εκείνος που κλιμάκωσε το σύστημα σε ευρεία κρατική κλίμακα. Το 1965, το κουβανικό καθεστώς ίδρυσε τις UMAP (Unidades Militares de Ayuda a la Producción - Στρατιωτικές Μονάδες Υποβοήθησης της Παραγωγής).

• Τι ήταν οι UMAP: Επρόκειτο για αγροτικά στρατόπεδα συγκέντρωσης και καταναγκαστικής εργασίας στην επαρχία Καμαγουέι.

• Ποιοι οδηγούνταν εκεί: Όσοι κρίνονταν ακατάλληλοι για τον τακτικό στρατό ή θεωρούνταν απειλή για την «ιδεολογική καθαρότητα» του καθεστώτος. Ανάμεσά τους συγκαταλέγονταν:

• Ομοφυλόφιλοι: Υπέστησαν άγριο και συστηματικό διωγμό, καθώς η ομοφυλοφιλία αντιμετωπιζόταν ως δείγμα «αστικής παρακμής».

• Μάρτυρες του Ιεχωβά και άλλοι θρησκευόμενοι: Λόγω της άρνησής τους να φέρουν όπλα.

• Διανοούμενοι, καλλιτέχνες και πολιτικοί αντιφρονούντες. Οι συνθήκες και το τέλος των UMAP Οι συνθήκες στα στρατόπεδα UMAP ήταν άθλιες.

Οι κρατούμενοι εξαναγκάζονταν σε 10 έως 12 ώρες καθημερινής εργασίας στα χωράφια με τα ζαχαροκάλαμα. Βρίσκονταν αντιμέτωποι με συστηματική σωματική και ψυχολογική βία, βασανιστήρια, καθώς και σοβαρό υποσιτισμό. Η λειτουργία τους προκάλεσε έντονη διεθνή κατακραυγή, η οποία προήλθε ακόμη και από εξέχοντες αριστερούς διανοούμενους του εξωτερικού. Υπό το βάρος των πιέσεων αυτών, τα στρατόπεδα UMAP έκλεισαν επίσημα το 1968. Σημειώνεται ότι ο Τσε Γκεβάρα είχε ήδη αποχωρήσει από την Κούβα από το 1965 και είχε σκοτωθεί στη Βολιβία το 1967, γεγονός που σημαίνει ότι η κύρια ευθύνη για τη μετέπειτα λειτουργία και την εξέλιξη των στρατοπέδων αυτών ανήκει αποκλειστικά στην ηγεσία του Φιντέλ Κάστρο.

ΓΡΑΦΕΙ Ο ΓΙΑΝΝΗΣ ΣΑΡΛΑΣ



ΕΙΣΑΙ ΕΝΑ ΤΙΠΟΤΑ

Ας αφήσουμε την Γη, δραπετεύοντας, από την ατμόσφαιρα του ηλιακού μας συστήματος, ευρισκόμενοι στο διαπλανητικό κενό! Αυτός ο χώρος, μεταξύ των πλανητών είναι περίπου χίλιες φορές αραιότερος κι από το καλύτερο τεχνητά κατασκευασμένο εργαστηριακό κενό, τουτέστιν θα βρούμε δέκα εκατομμύρια μόρια, ανά κυβικό μέτρο. Εν συνεχεία, ας μετακινηθούμε, από το διαπλανητικό κενό στο διαστρικό κενό δηλαδή στον χώρο, μεταξύ των ηλιακών συστημάτων. Εδώ, ο αριθμός πέφτει εντυπωσιακά, από τα δέκα εκατομμύρια στο μισό εκατομμύριο σωματίδια, ανά κυβικό μέτρο! Πάμε όμως και στα βαθιά...ύδατα του διαστήματος.. Εάν ανοιχτούμε στην απεραντοσύνη του διαστήματος, δηλαδή, εάν βρεθούμε στο διαγαλαξιακό κενό, στον χώρο, μεταξύ των Γαλαξιών, τότε ο αριθμός των χημικών μορίων και των σωματιδίων ανέρχεται μόλις σε...λίγες δεκάδες, ανά δέκα κυβικά μέτρα, παρακαλώ!! Αυτό ισχύει διότι το υλικό, από το οποίο δημιουργήθηκαν τα άστρα ευρίσκεται ΕΝΤΟΣ των Γαλαξιών, κοντά σε αστέρια, πλανήτες και λοιπά ουράνια σώματα, ενώ όσο απομακρυνόμαστε, από αυτές τις περιοχές, τόσο αυτό αραιώνει κι η πυκνότητα του γίνει μικρότερη. Οι Γαλαξίες λοιπόν είναι δομές ύλης! Παρόλα αυτά...

Παρόλα αυτά, επειδή η αφεντιά μου είναι κομματάκι...κυμπαρης, θα σας χαρίσω αυτά τα ολίγα χημικά μόρια, ανά δέκα κυβικά μέτρα, τα οποία είναι διασκορπισμένα στο διαγαλαξιακό κενό. Ας υποθέσουμε, ότι βρήκαμε έναν τρόπο να τα εξαφανίσουμε κι αυτά κι ας φανταστούμε ένα εντελώς άδειο κουτί, που στερείται, ΚΑΘΕ παρουσία της ύλης! Σας ερωτώ: Είναι αυτό το απόλυτο τίποτα;; Η απάντηση είναι ΟΧΙ διότι υπεισέρχεται ΚΑΙ η Κβαντική Φυσική... Υπάρχουν λογιών λογιών εικονικά σωματίδια, τα οποία δημιουργούνται κι εξαφανίζονται σε λιγότερο χρόνο, από όσο χρειάζεται, ούτως ώστε να προσδιορισθεί η ύπαρξη τους!! Το λοιπόν, ο άδειος χώρος, δηλαδή το απόλυτο κενό ΒΡΙΘΕΙ από τέτοια εικονικά σωματίδια. Συνεπώς...

Συνεπώς, το απόλυτο τίποτα, που θα μπορούσαμε να δημιουργήσουμε δεν θα ενεφανιζε μεν κάποια παρουσία συνήθους ύλης αλλά ουδόλως θα εστερείτο την παρουσία εικονικών σωματιδίων. Πάμε όμως, ακόμη ένα βήμα παρακάτω.. Φανταστείτε τώρα, ότι βρίσκεστε ΕΞΩ από αυτό το Σύμπαν κι ως εκ τούτου παρατηρείτε πλήρη απουσία τόσο ύλης, όσο και εικονικών σωματιδίων. Νομίζετε, ότι είναι ΑΥΤΟ το απόλυτο τίποτα;; Διότι η ταπεινότητα μου νομίζει, ότι υφίσταται μεγαλύτερο τίποτα ΚΑΙ από αυτό!! Σκεφτείτε λίγο... Ακόμη και σε αυτή την (δεν ξέρω πώς να την ονοματίσω) ύπαρξη/κατάσταση της μή ύλης και της μή παρουσίας των Κβαντικών, εικονικών σωματιδίων, παρόλα αυτά θα υπάρχουν ακόμη οι Νόμοι της Φυσικής! Μπορούμε να ορίσουμε μια περιοχή του χώρου, ως τίποτα, εάν οι νόμοι της φύσης εξακολουθούν να εφαρμόζονται, μέσα σε αυτή την περιοχή του χώρου;; Μήν σκέφτεστε το τίποτα, ως απουσία, κάποιας ουσίας αλλά οραματιστείτε το, ως ΟΥΤΕ ΚΑΝ κάτι, το οποίο είναι υπεύθυνο για το οτιδήποτε!! Κι αν σας μπέρδεψα, αληθώς γαρ σας λέγω, ότι εάν συστηματικά αφαιρέσουμε, από μια περιοχή (δεν την αποκαλώ χώρο και θα σας εξηγήσω αμέσως το γιατί) όλους τους νομούς της Φυσικής και της...φύσης, τότε αυτή η περιοχή δεν εμφανίζει, ούτε ύλη, ούτε ενέργεια, ούτε εικονικά σωματίδια, ούτε χώρο αλλά ούτε και χρόνο!! Δεν την αποκαλώ χώρο διότι ο χώρος έχει υπόσταση, τουτέστιν είναι ΚΑΤΙ! Ο χώρος μπορεί να καμπυλώνεται, σύμφωνα με την θεωρία της Σχετικότητας του Αϊνστάιν. Είναι το περίφημο χωροχρονικό συνεχές! Όλα αυτά όμως καταρρέουν, όταν δεν θα υπάρχουν νόμοι, που θα τα διέπουν.. Βγάλτε λοιπόν ΟΛΑ αυτά, από το κουτί σας και τότε θα μπορείτε, δίχως ενδοιασμούς να ισχυριστείτε, ότι...

ΕΙΝΑΙ ΕΝΑ ΤΙΠΟΤΑ!

Τα σέβη μου.



Υγεία & Ευζωία

ΓΡΑΦΕΙ Η ΜΑΡΙΑ ΑΓΡΑΠΙΔΟΥ

Κρύο και Δόντια: Τι Προκαλεί τον Πόνο και Πώς να Ανακουφιστείτε

ΤΤα δόντια σας τρέμουν ή πονάτε έντονα όταν πίνετε κρύο νερό ή βγαίνετε έξω τον χειμώνα; Αυτή η ευαισθησία είναι συχνό πρόβλημα κατά τους κρύους μήνες και μπορεί να κάνει ακόμα και το πιο απλό ρόφημα δυσάρεστο.
Γιατί αυξάνεται η ευαισθησία τον χειμώνα;

Η χαμηλή θερμοκρασία προκαλεί συστολή και διαστολή των υλικών των δοντιών. Το σμάλτο, η οδοντίνη και ο πολφός (νεύρο) αντιδρούν διαφορετικά στο κρύο, δημιουργώντας μικρορωγμές ή ενεργοποιώντας τα νεύρα. Επιπλέον, ο κρύος αέρας ξηραίνει το στόμα, μειώνοντας την προστατευτική δράση του σάλιου. Το σάλιο λειτουργεί ως φυσικό «μαξιλάρι» που εξουδετερώνει οξέα και προστατεύει το σμάλτο.

Κύριες αιτίες ευαισθησίας
• Υποχώρηση ούλων: Αποκαλύπτει τις ρίζες των δοντιών, όπου δεν υπάρχει προστατευτικό σμάλτο.
• Διάβρωση σμάλτου: Από όξινα ροφήματα, λεύκανση ή υπερβολικό βούρτσισμα.
• Τερηδόνα ή ρωγμές: Μικρές ρωγμές επιτρέπουν στο κρύο να φτάσει στο νεύρο.
• Βρυγμός (τρίξιμο δοντιών): Συχνός τον χειμώνα λόγω άγχους, φθείρει το σμάλτο.
• Πρόσφατες οδοντιατρικές εργασίες: Γεμίσματα, λεύκανση ή καθαρισμός μπορεί να προκαλέσουν προσωρινή ευαισθησία.

Πώς να ανακουφιστείτε
Χρησιμοποιήστε οδοντόκρεμα ειδικά για ευαίσθητα δόντια που περιέχει νιτρικό κάλιο ή φθοριούχο κασσίτερο. Αυτά τα συστατικά «μπλοκάρουν» τα κανάλια που οδηγούν στο νεύρο. Βουρτσίζετε απαλά με μαλακή οδοντόβουρτσα και αποφύγετε το οριζόντιο βούρτσισμα. Ξεπλένετε με χλιαρό νερό αντί για κρύο. Περιορίστε όξινα ποτά (χυμοί, αναψυκτικά, κρασί) και περιμένετε λίγα λεπτά μετά το φαγητό πριν βουρτσίσετε.

Πότε να επισκεφθείτε τον οδοντίατρο
Αν ο πόνος επιμένει, είναι έντονος ή συνοδεύεται από πρήξιμο, είναι σημάδι ότι χρειάζεστε επαγγελματική βοήθεια. Ο οδοντίατρος μπορεί να εφαρμόσει φθορίωση, σφραγίσματα, όψεις ή να προτείνει νάρθηκα για βρυγμό.
Με σωστή φροντίδα και έγκαιρη παρέμβαση, η ευαισθησία των δοντιών τον χειμώνα μπορεί να ελεγχθεί αποτελεσματικά, επιτρέποντάς σας να απολαμβάνετε τα κρύα ροφήματα και τον χειμώνα χωρίς δυσφορία.



9 εργασίες που κάνουμε το φθινόπωρο στον κήπο

1. Φυτεύουμε φθινοπωρινά λαχανικά σε κήπο και σε μπαλκόνι

2. Προστατεύουμε τα λαχανικά από ασθένειες και έντομα Στον φθινοπωρινό λαχανόκηπο εμφανίζονται οι κάμπιες σε λάχανα, μπρόκολα και κουνουπίδια που τρώνε τα φύλλα και προκαλούν σημαντικά προβλήματα.

3. Συγκομίζουμε φρέσκα φρούτα και λαχανικά εποχής

4. Κάνουμε τον τρύγο του αμπελιού και το μάζεμα της ελιάς Μέσα στο φθινόπωρο γίνεται η κύρια συγκομιδή των σταφυλιών από τις κρεβατίνες των σπιτιών αλλά και από τις καλλιέργειες αμπελιού, τόσο για επιτραπέζια χρήση όσο και για την παραγωγή κρασιού.

5. Φροντίζουμε τα καλλωπιστικά φυτά και το γκαζόν του κήπου μας

6. Φυτεύουμε φθινοπωρινούς βολβούς λουλουδιών και καλλωπιστικά φυτά.

7. Αντιμετωπίζουμε την κάμπια του πεύκου πριν κάνει ζημιά Όσοι έχουμε πεύκα στον κήπο του σπιτιού ή του εξοχικού μας, θα χρειαστεί να αντιμετωπίσουμε έγκαιρα την κάμπια των πεύκων, που προκαλεί μεγάλη ζημιά στη βλάστηση των πεύκων κάθε χρόνο, ενώ σε νεαρά δενδρύλλια πεύκων μπορεί και να τα ξεράνει.

8. Δημιουργούμε καινούρια φυτά με μοσχεύματα και καταβολάδες.

9. Μαζεύουμε κατάλληλα υλικά για να φτιάξουμε κομπόστ Μέσα στο φθινόπωρο, λόγω των βροχοπτώσεων, στον κήπο μας φυτρώνουν αρκετά αγριόχορτα (ζιζάνια), τα οποία μπορούμε κόψουμε και να τα συγκεντρώσουμε σε κάποιο σημείο.

mistikakipou.gr

SURVIVAL TIPS

Οδηγίες επιβίωσης σε φυσικό και αστικό περιβάλλον



Τα πρώτα βήματα όταν ξεσπάσει η κρίση

Μια μεγάλη κρίση μπορεί να εμφανιστεί ξαφνικά και να αλλάξει την καθημερινότητά μας μέσα σε λίγες ώρες. Κοινωνικές ταραχές, πανδημία, πολεμικές συγκρούσεις, φυσικές καταστροφές ή παρατεταμένες διακοπές ηλεκτροδότησης μπορούν να δυσκολέψουν την πρόσβαση σε νερό, τρόφιμα και βασικές υπηρεσίες.
Σε αυτές τις συνθήκες, ο πανικός είναι κακός σύμβουλος. Το πρώτο βήμα είναι να παραμείνουμε ψύχραιμοι, να ενημερωνόμαστε από αξιόπιστες πηγές και να οργανώσουμε τις διαθέσιμες προμήθειες του σπιτιού μας.

1. Εξασφάλισε νερό
Το νερό αποτελεί την πρώτη προτεραιότητα. Συγκέντρωσε πόσιμο νερό σε καθαρά, κατάλληλα δοχεία και υπολόγισε τις ανάγκες όλων των μελών της οικογένειας. Ως βασικό σημείο εκκίνησης, μπορείς να υπολογίζεις περίπου 3–4 λίτρα ανά άτομο την ημέρα για πόση και στοιχειώδη χρήση, με επιπλέον ποσότητα για μαγείρεμα, υγιεινή ή ειδικές ανάγκες.
Αν υπάρχει προειδοποίηση για διακοπή υδροδότησης, μπορείς να γεμίσεις καθαρά δοχεία εγκαίρως. Η μπανιέρα μπορεί να χρησιμοποιηθεί για αποθήκευση νερού τεχνικής χρήσης, εφόσον είναι καθαρή και κατάλληλα προετοιμασμένη. Μην θεωρείς το νερό της μπανιέρας πόσιμο, εκτός αν έχει συλλεχθεί και αποθηκευτεί με ασφαλή, κατάλληλο για πόσιμο νερό τρόπο. Ακολούθησε πάντα τις οδηγίες των αρμόδιων αρχών.

2. Κατέγραψε τα τρόφιμα
Πριν αρχίσεις να αγοράζεις επιπλέον προμήθειες, έλεγξε τι υπάρχει ήδη στο σπίτι. Κατέγραψε κονσέρβες, όσπρια, ρύζι, ζυμαρικά, τρόφιμα μακράς διάρκειας και όσα χρειάζονται ψυγείο.
Σημείωσε τις ποσότητες, τις ημερομηνίες λήξης και τις ανάγκες κάθε μέλους της οικογένειας. Δώσε προτεραιότητα στα τρόφιμα που καταναλώνονται εύκολα και δεν απαιτούν πολύ νερό ή ενέργεια για την προετοιμασία τους. Έτσι αποφεύγεις άσκοπες αγορές και μειώνεις τη σπατάλη.

3. Διαχειρίσου σωστά την ενέργεια
Φόρτισε κινητά, power banks και επαναφορτιζόμενους φακούς όσο υπάρχει ρεύμα. Κατέβασε χάρτες και σημαντικές πληροφορίες για χρήση χωρίς σύνδεση στο διαδίκτυο. Περιόρισε τη φωτεινότητα των συσκευών, απενεργοποίησε περιττές λειτουργίες και κράτησε μία συσκευή διαθέσιμη για επικοινωνία έκτακτης ανάγκης.

Οργάνωση αντί για πανικό
Η κρίση δεν είναι η κατάλληλη στιγμή για αυτοσχεδιασμούς χωρίς σχέδιο. Συμφωνήστε με την οικογένεια πώς θα επικοινωνείτε, πού θα συναντηθείτε και πώς θα κινηθείτε αν χρειαστεί να εγκαταλείψετε το σπίτι.

Η επιβίωση αρχίζει με τις σωστές προτεραιότητες: νερό, τρόφιμα, ενέργεια, ενημέρωση και συνεννόηση. Δεν χρειάζεται να προβλέψουμε κάθε πιθανό σενάριο. Χρειάζεται να κάνουμε έγκαιρα τα βασικά βήματα που θα μας επιτρέψουν να αντιμετωπίσουμε μια δύσκολη κατάσταση με μεγαλύτερη ασφάλεια και ψυχραιμία.



Service κάθε 30.000 χλμ. -Γιατί κάποιοι θέλουν τόσο αραιή συντήρηση

Αραιά service, ναι! Αλλαγή λαδιού όμως στις 30.000 χλμ. γίνεται;
Κανείς δεν θέλει να «ακουμπάει» 400 ευρώ το χρόνο για service. Όταν λοιπόν ένας κατασκευαστής λέει πως τα μοντέλα του μπορεί να πάνε μέχρι και 30.000 χλμ. χωρίς σέρβις, είναι δέλεαρ. Είναι όμως ρεαλιστικό; Βλέπεις το κόστος συντήρησης απασχολεί και απασχολεί όλες τις πτυχές της αγοράς, όμως η αλλαγή λαδιού μήπως πρέπει να είναι απλά ξεχωριστή διαδικασία; Εξάλλου 5 λίτρα λάδι και ένα φίλτρο, με τα 20 λεπτά που θέλει ένα αμάξι για να αλλαχτούν πάνω από 100 ευρώ δεν είναι. Αν όμως το service δεν έχει λάδι, τότε τι θα έχει; Οπτικό έλεγχο; Για τους κατασκευαστές το σέρβις-πακέτο είναι απαραίτητο, τόσο για να μην μπαινοβγαίνουν τα αυτοκίνητα κάθε τόσο συνεργείο, όσο και για λόγους τιμολόγησης.

Το leasing και οι εταιρικές πωλήσεις οδηγούν το μάρκετιγκ του «long life»
Ποιος όμως θέλει αραιά διαστήματα σέρβις; Σίγουρα οι εταιρικοί αγοραστές. Ένα αμάξι leasing τριετίας που θα κάνει 90.000 χλμ., με σέρβις ανά 10.000 θα πάει 9 φορές στο συνεργείο. Με σέρβις ανά 30.000 όμως μόλις τρεις. Για την εταιρεία leasing και τον πρώτο χρήστη του αυτοκινήτου, τι θα γίνει μετά τα 90.000 χλμ. είναι παντελώς αδιάφορο. Αν όμως το αμάξι είναι δικό σου, ή το αγοράζεις δεύτερο χέρι από leasing, όπως τόσα μεταχειρισμένα εισαγωγής, τότε, τι γίνεται; Μπορεί λοιπόν ένα μεγάλο διάστημα σέρβις να εξυπηρετεί την πρώτη φάση της εμπορικής πορείας ενός αυτοκινήτου, όχι όμως την δεύτερη, ή τον ιδιώτη που θα το πάρει καινούργιο.

Γίνεται και χαμηλό κόστος συντήρησης και αξιοπιστία;
Είναι αξιοσημείωτο πως τα αραιά διαστήματα σέρβις είναι επιχείρημα για την αξιοπιστία ενός αυτοκινήτου. Η υψηλή τεχνολογία του κινητήρα, τα εξωτικά του υλικά, η ακρίβεια στην κατασκευή του, τα λιπαντικά νέας εποχής, όλα συνδυάζονται για να έχουμε μοτέρ που μπορούν να πάνε πιο μακριά πριν χρειαστούν σέρβις. Ισχύει. Όμως γιατί; Το λάδι, και κυρίως το λάδι, όπως είπαμε είναι μια εργασία συντήρησης σχετικά χαμηλού κόστους. Και χωρίς ίχνος αμφιβολίας διατηρεί τον κινητήρα περισσότερο από κάθε άλλη εργασία συντήρησης στην καλύτερη δυνατή κατάσταση. Ναι, τεχνολογία, νέα λιπαντικά, όλα ωραία. Όμως γιατί να ρισκάρεις την αξιοπιστία ενός μοτέρ για 100 ευρώ το χρόνο;

Οι Ιάπωνες επιμένουν στα 15.000 χλμ. το πολύ για το λάδι
Εδώ τώρα είναι και το ζουμί. Έχεις κάνει έρευνα πριν αγοράσεις για τα διαστήματα σέρβις, και βασικά αλλαγής λαδιού στο μοντέλο που σε ενδιαφέρει; Είναι σαν την BMW που σου λέει έχω υπολογιστή και σου λέει πότε θέλεις σέρβις, αλλά μπορεί να σε φτάσει και 30.000 χλμ. πριν αλλάξεις λάδι; Είναι σαν την VW που πάλι μπορεί να φτάσει τις 30.000 και μέχρι και δύο χρόνια; Σαν την Stellantis που παρότι λένε 20.000 χλμ., λένε και κάθε χρόνο; Ή μήπως σαν τους Ιάπωνες που παρά τις νέες τεχνολογίες κινητήρα, παρά τα νέα μέταλλα, υλικά και παρά την απαράμιλλη ποιότητα συναρμογής και τα απίθανα λιπαντικά που έχουμε σήμερα, πάνω από 15.000 χλμ. δεν σε αφήνουν με το ίδιο λάδι; Εσύ τι προτιμάς;

Πώς βλέπεις εσύ τα αραιά διαστήματα σέρβις; Οικονομία στη συντήρηση; Δείγμα αξιοπιστίας; Ή τρέμει το φυλλοκάρδι σου μήπως και το μοτέρ δεν αντέξει με τα παλιά λάδια; Τι λες;

Έρευνα & επιμέλεια άρθρου: Θανάσης Δαμαλίτης
Πηγή: Autotriti.gr

Μπενφίκα – Αλβέρκα 1-0: Με το 18ο γκολ του Παυλίδη σε 19 ματς οι "Αετοί" πήραν το τρίποντο



Ο ηγέτης της Μπενφίκα, Βαγγέλης Παυλίδης, ο οποίος αγωνιστηκε για 92', με έυστοχη εκτέλεση πέναλτι στο 51΄ οδήγησε τους Αετούς της Λισαβόνας στη νίκη απέναντι στην Αλβέρκα με 1-0, για τη 10η αγωνιστική της Liga Portugal.

Σε ένα μοιρασμένο πρώτο μέρος, οι φιλοξενούμενοι ήταν η ομάδα που πήρε πρώτη κεφάλι στο σκορ με τον Μπογιάνγκ στο 25', με τον διαιτητή Μπρούνο Κόστα όμως, έπειτα από χρήση του VAR να ακυρώνει το γκολ.
Το φτωχό από άποψης θεάματος πρώτο μέρος διαδέχθηκε το πιο δημιουργικό δεύτερο, στο οποίο ο Βαγγέλης Παυλίδης ανέλαβε δράση. Στο 51', Έλληνας επιθετικός μετέτρεψε σε γκολ το πέναλτι που κέρδισε ο Ετσεβέρι σε μαρκάρισμα του Γκόμεθ μέσα στην περιοχή, βάζοντας τους γηπεδούχους σε ρόλο οδηγού στο παιχνίδι.

Τα σουτ των Φιγκεϊρέδο στο 52' και Φράνκα στο 64' δεν ανησύχησαν τον Σοάρες, ενώ στο 67', ο Παυλίδης λίγο έλειψε να χρίστει για δεύτερη φορά σκόρερ, όμως το σουτ του από δύσκολη γωνία σε κενή εστία κατέληξε πάνω από τα δοκάρια.
Στο 81' ο Πρεστιάνι άγγιξε το 2-0, με το διαγώνιο σουτ του να περνάει λίγο άουτ, με την πίεση της Αλβέρκα στα τελευταία λεπτά της αναμέτρησης να μην αποδίδει καρπούς και τη Μπενφίκα να φτάνει τελικά σε ένα αγχωτικό τρίποντο.
Στη 2η θέση και στο -5 από την πρωτοπόρο Πόρτο η ομάδα της Λισαβόνας, στη 10η θέση με 11 πόντους οι φιλοξενούμενοι.

sport24.gr

Βραβεία ΠΣΑΠΠ 2026: Κορυφαίος Έλληνας ο Κωνσταντέλιας, ξένος ο Πινέδα, με 14 παίκτες η κορυφαία 11άδα της Stoiximan Super League



Ο ΠΣΑΠΠ σε μία λαμπερή εκδήλωση βράβευσε τους καλύτερους και τις καλύτερες της περσινής σεζόν (2025-26) στην 45η γιορτή του. Καλύτερος Έλληνας ποδοσφαιριστής ο Γιάννης Κωνσταντέλιας και ξένος ο Ορμπελίν Πινέδα, ενώ τιμήθηκαν οι Ανδρέας Τεττέη, Τάσος Χατζηγιοβάνης και Λάζαρος Ρότα. Ο ΠΣΑΠΠ όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος βράβευσε τους καλύτερους και τις καλύτερες της σεζόν 2025/26, σε μία λαμπερή εκδήλωση που έλαβε χώρα στο Κέντρο Πολιτισμού "Ελληνικός Κόσμος" στον Ταύρο. Καλύτερος Έλληνας ποδοσφαιριστής αναδείχθηκε ο Γιάννης Κωνσταντέλιας του ΠΑΟΚ. Καλύτερος ξένος ο Ορμπελίν Πινέδα της ΑΕΚ, ενώ κορυφαίος προπονητής ήταν ο Μάρκο Νίκολιτς, που οδήγησε την Ένωση στην κατάκτηση της Stoiximan Super League. Ο Χρήστος Τζόλης ψηφίστηκε ως ο καλύτερος ποδοσφαιριστής του εξωτερικού για πρώτη φορά, ενώ στην αντίστοιχη κατηγορία στις γυναίκες η Βεατρίκη Σαρρή ήταν η μεγάλη νικήτρια για ακόμα μία χρονιά. Το βραβείο του τερματοφύλακα της χρονιάς απονεμήθηκε στον Θωμά Στρακόσα της ΑΕΚ, ενώ στο πρωτάθλημα γυναικών η Ντάνι Νόιχαους του ΠΑΟΚ αναδείχθηκε η καλύτερη γκολκίπερ.

Οι νικητές των Βραβείων ΠΣΑΠΠ
Καλύτερη ενδεκάδα ανδρών
Η κορυφαία ενδεκάδα της Stoiximan Super League για τη σεζόν 2025/26 αποτελείται από τους: Θωμάς Στρακόσα (ΑΕΚ), Μάριος Βήχος (Λεβαδειακός), Φιλίπε Ρέλβας (ΑΕΚ), Παναγιώτης Ρέτσος (Ολυμπιακός), Λάζαρος Ρότα (ΑΕΚ) / Τριαντάφυλλος Τσάπρας (Λεβαδειακός), Γιάννης Κωνσταντέλιας (ΠΑΟΚ), Ραζβάν Μαρίν (ΑΕΚ), Ορμπελίν Πινέδα (ΑΕΚ), Αντρίγια Ζίβκοβιτς (ΠΑΟΚ) / Ζέλσον Μαρτίνς (Ολυμπιακός), Λούκα Γιόβιτς (ΑΕΚ), Ανδρέας Τεττέη (Κηφισιά/ Παναθηναϊκός) / Αγιούμπ Ελ Κααμπί (Ολυμπιακός).



ERmionida MAGazine

ermionidamagazine.com